





# اليزابيث آردنا

• لتنظيف بشرتك صباحاً ومساءً  
استعملي

«أردنا كليننج كريم»

• ولانعاش بشرتك بعد تنظيفها  
استعملي

«أردنا سكين تونيك»

Ardena  
Vitamin Cream

• ولتفتيح بشرتك وتنعيمها ليلاً  
استعملي

«أردنا فيتامين كريم»



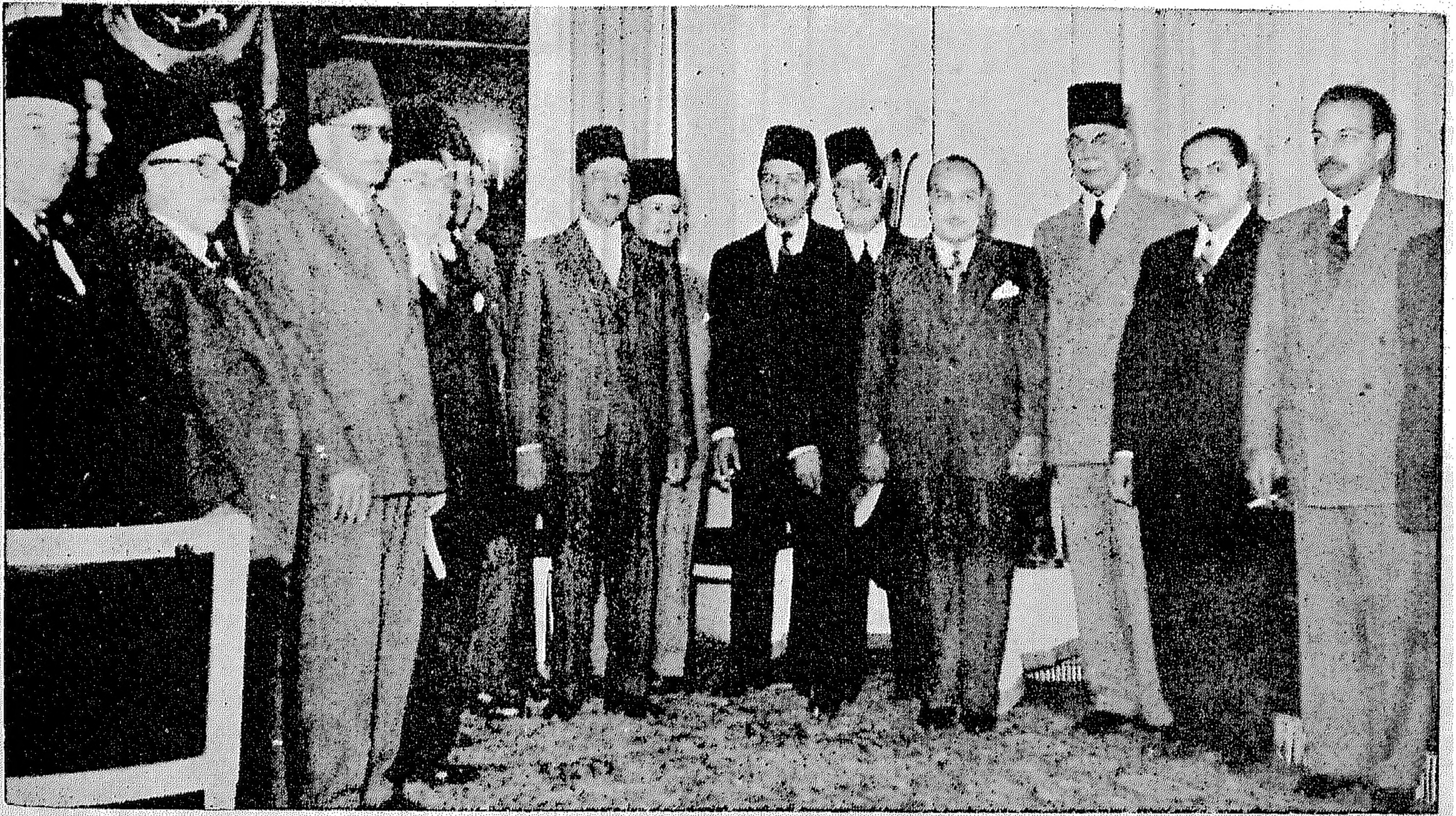
ولاي استعلام اتصلي بمس كيس الخبرة الاخصائية لمعامل اليزابيث آردن طرف الوكلاء  
سماوي وشركاه ايموبيليا ٣٣٧ تليفون ٤٧٧٩١ التي يسرها أن تضع خبرتها في خدمتك  
وأن ترشدك الى الالوان التي تناسبك وأفضل الطرق لاستعمال مستحضرات اليزابيث آردن •

## تباع في المحلات الآتية

|                                |                 |                  |                    |                            |
|--------------------------------|-----------------|------------------|--------------------|----------------------------|
| بالاسكندرية :                  | بالقاهرة :      | بمصر الجديدة     | بالسويس :          | بالاسماعيلية :             |
| محلات هانو                     | محلات شيكوريل   | اجراخانة نورتون  | اجراخانة جاتيس     | اجراخانة انترناسيونال      |
| محلات شالون                    | محلات عمر افندي |                  |                    |                            |
| محلات شالون                    | محلات شالون     |                  |                    |                            |
| لار دي لاكواير (سوكرات وشركاه) | اجراخانة نورتون | ببور سعيد :      | بالمنصورة :        | باسوان :                   |
|                                | محلات سوكرات    | محلات سيمون أرزت | مخازن أدوية الحرية | ماجلا فرايس ( فوتو ستورز ) |
|                                | بارفيمري ايرين  |                  |                    |                            |



# نخبة مصر الاقتصادية تكتمل بالمؤسسة القومية الجديدة بنك القاهرة



وموريس دوس بك ، ومحمد عبد الله الموم ، والملوم عبد الرحمن الموم ، وعبد اللطيف المردنلي ، وحسن رشاد المراهي والبنك بهذه المشابة يوحى بالاعتداد والثقة في أنه سينهض بمهمته الاقتصادية والقومية على خير وجه ، وبخاصة أنه قد توافرت له جميع عناصر النجاح ، وأهمها الثقة والسمعة والادارة الحسنة على أيدي موظفين أكفاء لهم خبرة تامة بالشئون المالية والمصرفية . هذا وينتظر أن يفتتح البنك الجديد رسميا قريبا ريثما يتم اعداد ادارته الجديدة بشارع قصر النيل رقم ٤٧

باشا ، ودولة جميل مردم بك ، وفؤاد جرجس باشا ، وعبد نعيم باشا ، وأحمد قرشي باشا ، والشيخ المحترم محمود أبو الفتح ، والاستاذ روبرت خوري ، وسيد يس بك ، وعباس الرمالى بك ، والاستاذ فرانسوا تاجر ، والاستاذ محمود حسن محمود وولده ، والاستاذ شفيق حلبونى ، والاستاذ لطفى سباهى ، وحضرنا أمير وأشيل أفرينو والسيد عبد الله القباني ، والاستاذ شوكت حماد ، والنواب المحترمون : عبد الحميد سراج الدين بك عضو مجلس الادارة المنتدب ،

الصميعة الخالصة ، النزول عن جزء من الاسهم لتحقيق الغاية المرجوة من انشاء هذا البنك ، ولكي يفسحوا الطريق لسواهم ممن يكون لهم في أسهم هذا البنك نصيب . . . . . ويكفى أن يكون مؤسسو هذا البنك من طليعة المجاهدين في كل ميدان ، ليعلم الشعب ان على مثل هذه الدعائم ترتكز هذه المؤسسة الضخمة . . . . . هؤلاء المؤسسون هم أصحاب السعادة : عبد الشافى عبد المتعال باشا ، وعبد المجيد بدر باشا ، وأحمد علوبة باشا ، وعبد القوى أحمد

حدث جديد يطل على مصر الحديثة في ميدان كفاحها الاقتصادي والقومي . . . ذلك هو المؤسسة الاقتصادية المصرية العظيمة (بنك القاهرة) لقد كان لنبا تأسيس هذا البنك هزة عنيفة وأثر ضخيم في الاوساط المالية والاقتصادية

وبالرغم من أن المؤسسين وكلهم من خيرة رجال المال، قد غطوا رأس المال ، فان هناك طلبات كثيرة قد توافدت على البنك بقصد الاكتتاب في أسهمه . وقد رأى المؤسسون ، رغبة منهم في أن يساهم الشعب في هذه المؤسسة المصرية

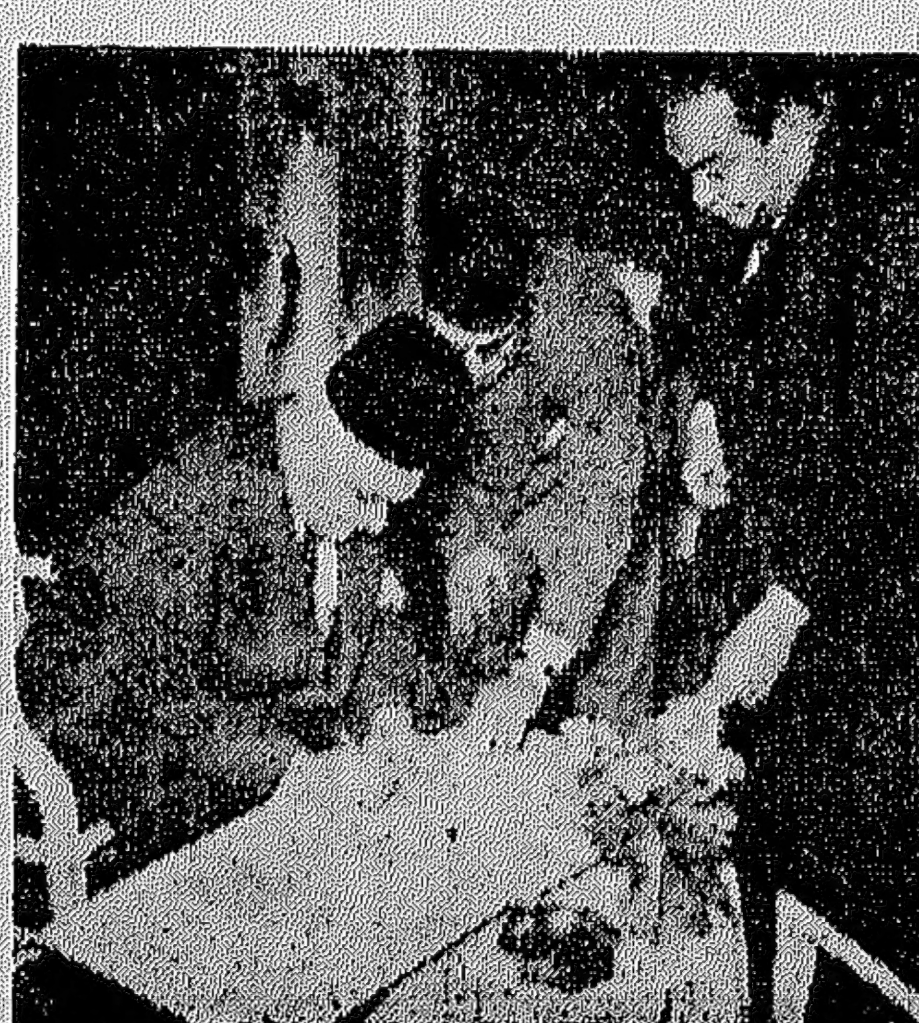
ليف من حضرات الاعضاء المؤسسين وهم يوقعون على محضر التأسيس



الاستاذ اومى افرينو



عبد الحميد سراج الدين بك



محمود أبو الفتح بك

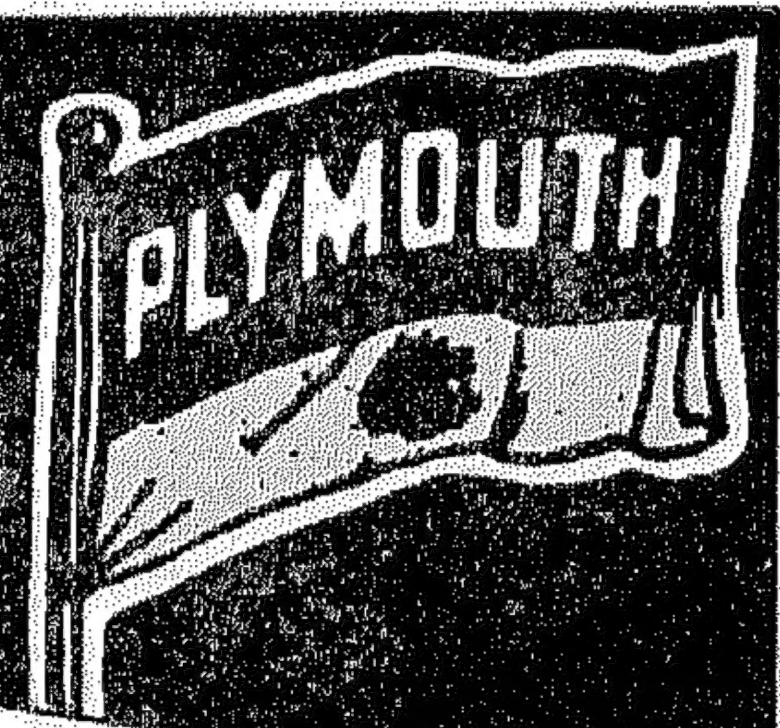


جميل مردم بك



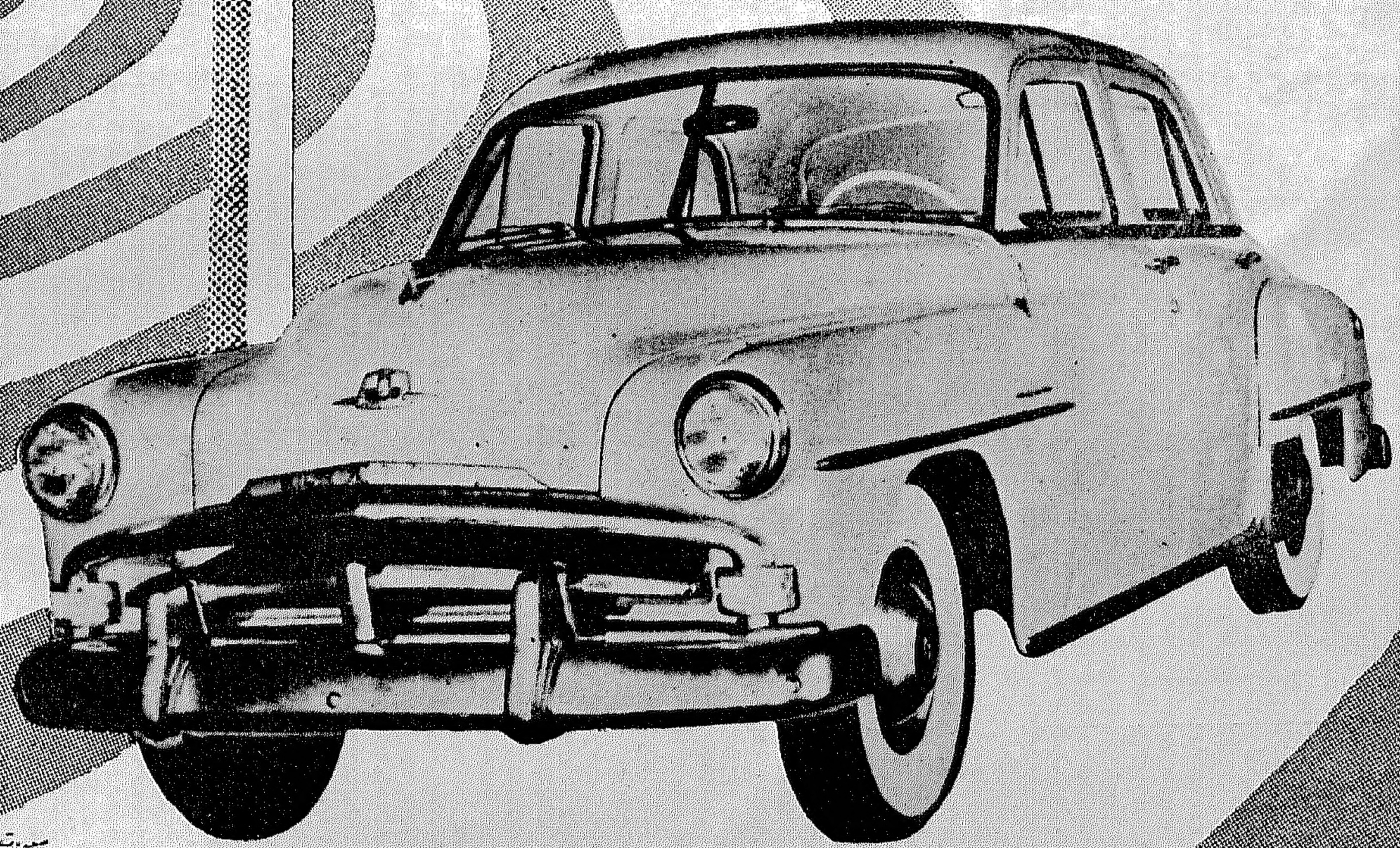
٧٧٧٦٩

على جميع طرق العالم ...



# بلايماوث

السيارة الممتازة بأقل مصاريف



٧٧٧٦٩

القاهرة: شارع قصر النيل ٧٧٧٦٠-٧٧٧٦٨-٧٧٧٦٩  
الإسكندرية: ١٦ كم من المدينة ٧٧٧٦٠-٧٧٧٦٨-٧٧٧٦٩

شركة النقل والهندسة

لدى الموزعين  
الغوميين بمصر

المنصورة: فارس وبنديس  
السيوط: ثابت ميخائيل وشركاه

وكلاء فرعوني: بورسعيد: أولاد هنري رزق الله  
المنيا: بطرس قلاوذه وشركاه



# العام الجديد

تستقبل الدنيا عاما جديدا بالبشر والابتهاج ويظن من يسيء الظن أن مصر الخالدة على الزمن تستقبل هذا العام أقل بشرا من بلاد العالم جميعا وهى فى الحق تزهو على غيرها من الامم ، لانها وحدها فى أتون الجهاد من أجل استقلالها تنصهر فتبدو للعالمين مشرقة بكفاح أبنائها وسعى شعبها لرد اعتبارها غصبا وعنوا ما دام قد عز عليها تحقيق الهدف بالملاينة والحسنى

فهذا العام الجديد تستقبله الامم الغربية بالرقص على ألحان الموسيقى ونستقبله نحن على أنغام الرصاص لا تبتئس لصرعانا فى القتال ، فان كل صريع منا يكتب صفحة خلود لبلاده ، ويؤجج نار الحماسة فى قلوب مواطنيه ، ويجعل العام الجديد مليئا بالفخر ويسجل لمصر أنها أمة آلت على نفسها أن تشغل الدنيا حتى تعرف الدنيا مقامها وتنزل على مطالبها وتؤمن بأنها جديرة بحريتها واستقلالها •

ان الانجليز ومن يجرى فى فلكهم قد استقبلوا العام الجديد فى رخاوة ، ونحن قد استقبلناه أشد قوة من حديدهم ونارهم ، وأصلب عودا من مدافعهم ودباباتهم ، وسوف نجعل عامهم الجديد حملا ثقيلا عليهم ، يهز أعصابهم ، ويفتت أكبادهم ويشغل مالهم ورجالهم ، سنجعل العام الجديد عام افلاسهم السياسى والاستعمارى والاقتصادى ، حتى ترد عقولهم الى رعوسهم ، ويؤمنوا أن عهد الاستعمار قد مضى وولى ، وأن الامم الابية الحرة لن تنال بالقوة والعنف ولو كان كل مستعمر لزميله مؤيدا وظهيرا •

ما أغشى القوم حين يخططهم التقدير ! أنهم يرون الدنيا كأنها لم تخرج بعد من القرن التاسع عشر ، لقد نسى الانجليز أن المصريين حاربوهم فيما مضى فرادى أو جماعات ، لم تؤيدهم حكومة أو وال ، وأنهم اليوم يحاربونهم جميعا ، شعبا وحكومة ، شيبا وشبانانا اناثا ورجالا ، وهذه القوى لن تنفصم لها عروة حتى يتم جلاء المستعمر عن بلادنا •••

العام الجديد ••• ما أسعدنا فيه ، فقد أقبل على رفات شهيد أو اناث طريد ، وذلك عبرة للاحياء منا ، فان الشهداء يطلبون الثأر ، ويضربون المثل ، ويعلنون عن مصر أحسن اعلان ، فقد أثبتت رفاتهم أن فى السويدياء رجالا واناثا ، سوف يردون اعتبار مصر ، ويجعلون العام الجديد صفحة جديدة فى تاريخ الوادى هى صفحة تكتمل فيها حريته وتسجل عليها ألوان كفاحه والعقبى للمؤمنين الصابرين •

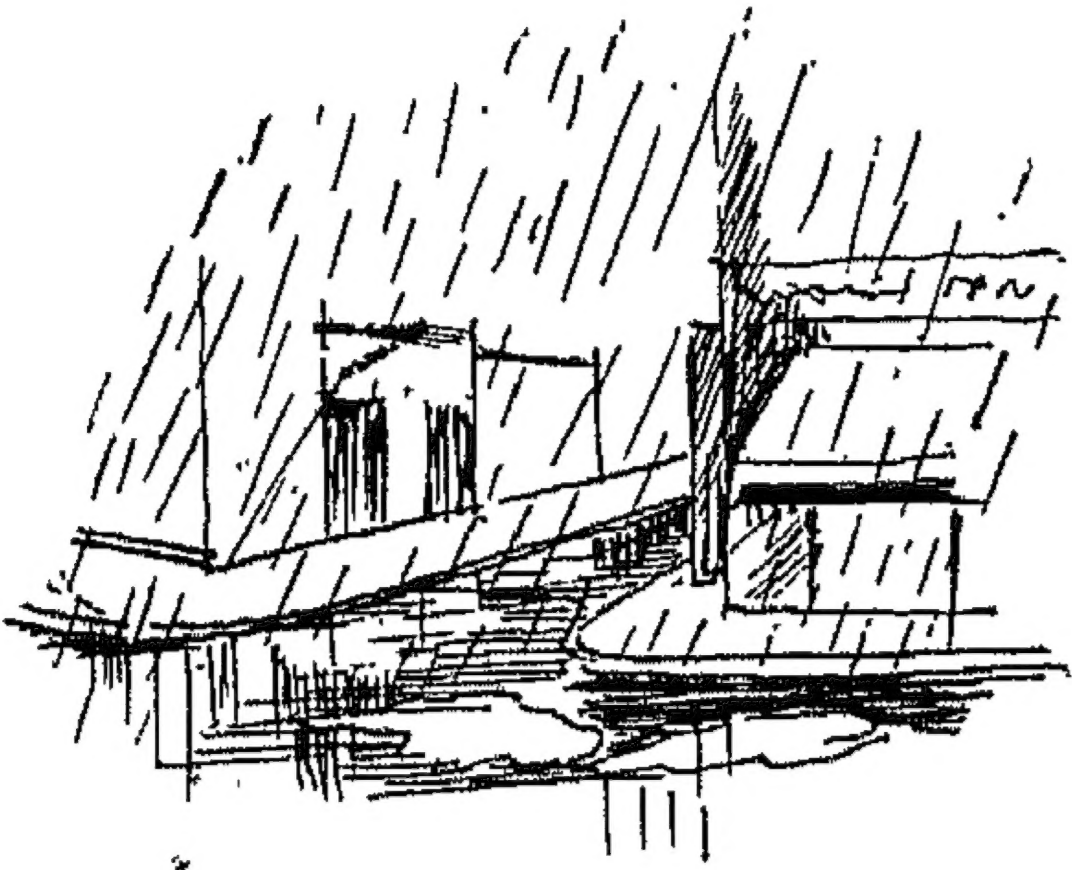
دميت حنينا





للكتور البراهيم عبيد

هذا الباب ...  
نستعرض هنا أحداث الشهر ، فلكل شهر أحداثه  
الجديرة بالرواية والتسجيل ، وسوف نجعل من هذا الباب  
معرضا للأفكار ومكانا نلتقي فيه مع قرائنا ، وقد لا نتفق  
في أمر من الأمور ، بيد أننا سنجعل الحق غايتنا والصدق  
هدفنا ، وسوف نفسح لتعليقات قارئنا مكانا في هذا الباب  
إذا أعوزهن تعليق أو تعقيب ..



وأعلنت وكالات الأنباء عن أعضائها في احتفال العاصمة  
الفرنسية ببلديتها ، وعرضت الشاشة وجوه أعضاء البلدية  
من مواطنينا وهم يشاركون في الاحتفال ، فظن المصريون  
- وبعض الظن اثم - أن أعضاء البلدية قد درسوا طريقة  
التخلص من المطر المدرار فقد أمضوا أياما في باريس والمطر  
ينهمر ليل نهار دون أن يترك وحلا ودون أن يسد طريقا ،  
بينما ابتسمت السماء لنا أربع ساعات فغرقت القاهرة في  
الوحل ، وآمن المصريون أن أعضاء بلديتهم لم يدرسوا في  
رحلتهم الى عاصمة المطر في أوروبا كيف يتخلص الناس من  
الامطار !!؟

\*\*\*

### الخطف الرسمي

سألني صاحبي : إذا جاء مالك البيت ورفع أضراف  
النوافذ ، وخلع الباركيه ، وأفسد دورة المياه ، ثم طالبك  
بعد ذلك كله بزيادة الايجار فماذا تقول له ؟ قلت أزعم أنه  
مجنون أو مخبول أو معتوه وأطلب له الشفاء ..

قال صاحبي : وما رأيك ان مصلحة التليفونات أعطتنا  
آلة لا تنطق فإذا نطقت ( وورت ) لا تجيب ، وإذا أجابت  
أعطتك رقما غير الرقم المطلوب ، فقد طلبت الجامعة مرة  
فردت ذات الصوت الرخيم تذكر لي الزمن بالساعات  
والدقائق والثواني ؟ فأدرت رقم الجامعة مرة ثانية فأجابني

### أحداث ديسمبر

أثارت أحداث ديسمبر الشجن في كل قلب ، وران  
الحزن على كل بيت ، من فعال هؤلاء الانجليز الذين لا يريدون  
أن يعتبروا بالتاريخ ، فقد نسوا أن عصر الاستعمار قد ولى  
وانتهى ، وأن صداقة الشعوب لا تكسب بالحديد والنار ،  
انهم كما يبدو لي مدفوعون بمركب النقص ، فقد شاهد  
جيلهم الحالى الامبراطورية وهى تصفى ، فتشبثوا بموقفهم  
منا لعل ذلك يرد عليهم الرمق ، رمق الامبراطورية المحتضرة  
.. ولكن مصر ستدق اخر مسمار فى نعش هذه الامبراطورية  
وسيشهد المصريون تشرشل يبكى على تصفية الامبراطورية  
التي ساهم فى بنائها منذ خمسين سنة ..

### المرأة فى الميدان

اختلف الناس فى مساهمة المرأة المصرية مساهمة فعالة  
فى مشاكل الساعة ، وشكا البعض كيف يؤذن للفتيات  
أن يحملن السلاح ويذهبن للتمرين بعيدا عن رقابة الاء  
والامهات ، وهذه الشكوى قد يكون مبالغا فيها ، وقد تكون  
الاقاويل فيها غير صحيحة ، ولكننى أفترض أن خطأ  
ارتكب هنا أو هناك ، فليس معنى هذا أن مقومات أخلاقنا  
قد انهارت ، وما أظن أن الدافع الى حمل السلاح رخيص الى  
هذا الحد ، فأن معظم الفتيات اللائى أقبلن على كئائب النساء  
لا بد أن يكون دافعهن أسمى وأكبر من ( اللعب بالنار )  
أو اللعب بصورة من الصور التي لا يرضاها القوامون على  
الأخلاق .

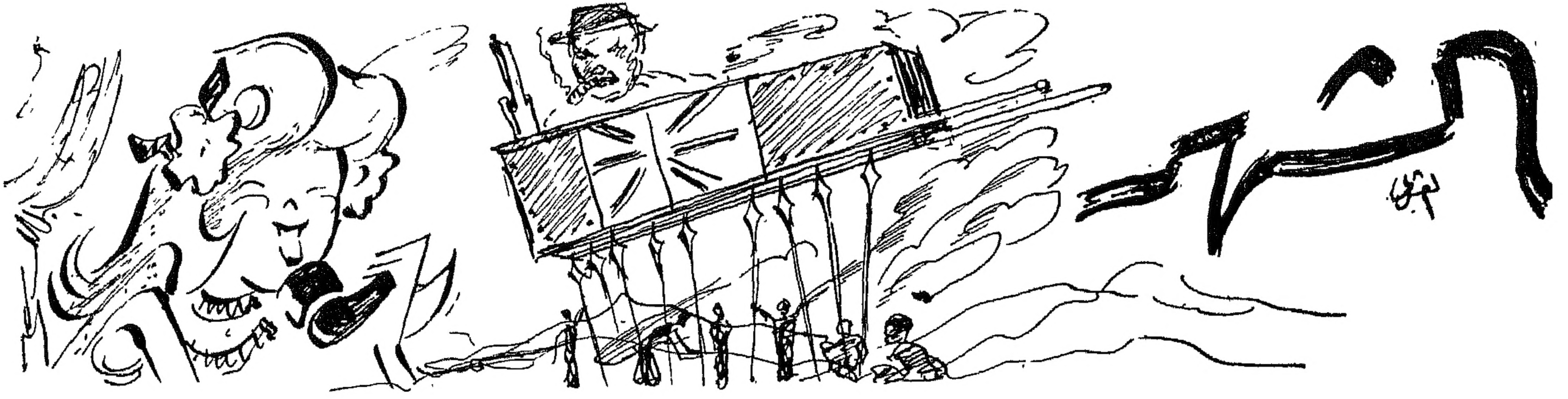
ولست أعنى فى كل هذا أننى مؤمن بكتائب النساء  
وحملهن السلاح ، ولكنها تجربة ان صحت ، أضافت جديدا  
الى سيرة المرأة فى صفحات الجهاد ...

\*\*\*

### عاصمة فى الوحل

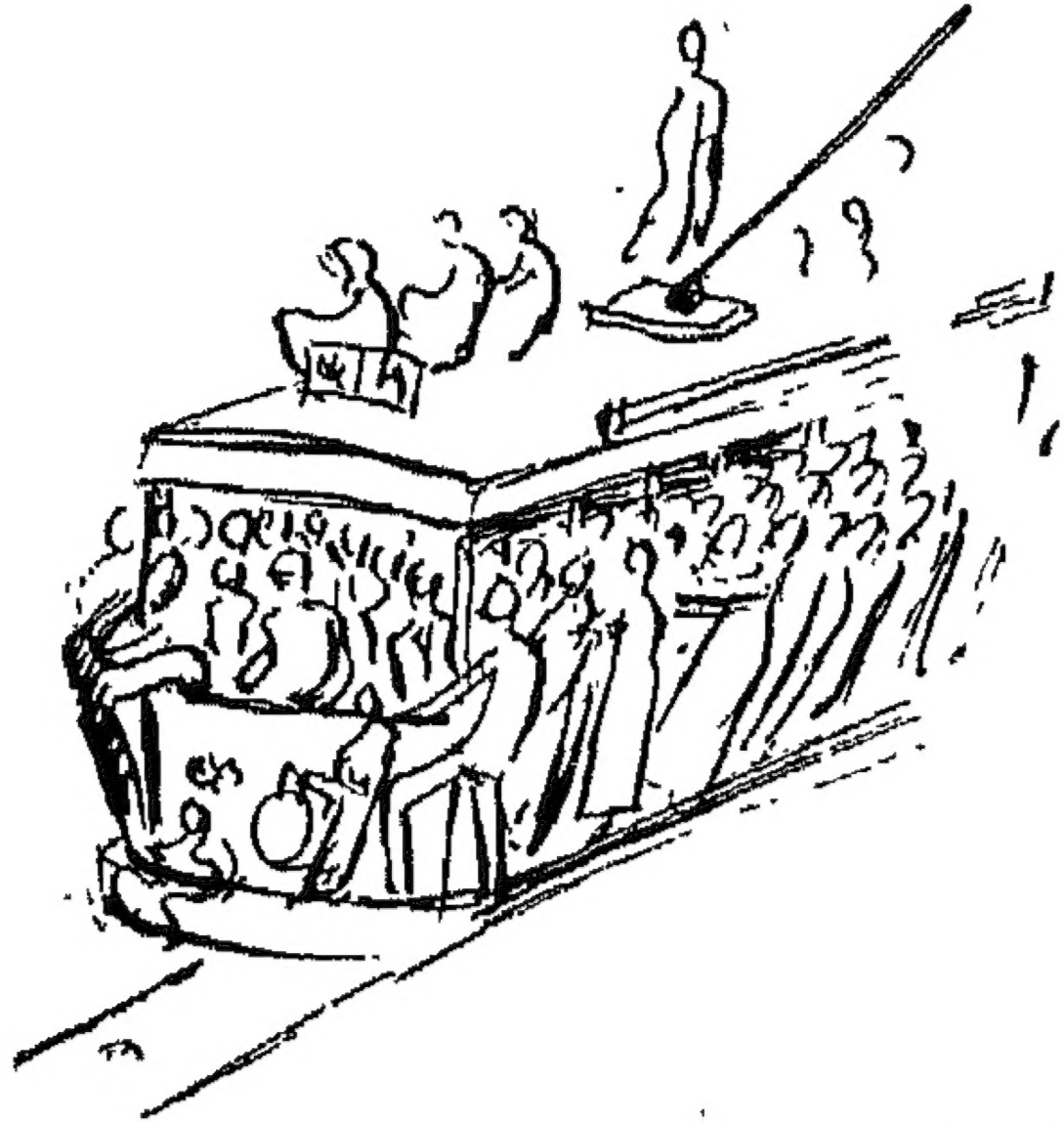
نعم هى القاهرة عاصمة الوحل فى شهر ديسمبر ،  
العاصمة التي فيها الحكومة وفيها البرلمان ، وفيها على ما  
يقولون بلدية أعلنت عن وجودها فى باريس منذ شهور ،





من كفاح مع المستعمرين ، وهذه أريحية يجب أن تذكر ولو قصد أصحابها المجاملة ، يجب أن تذكر ويشنى على أصحابها الثناء العاطر ، وما كان أخرى باخواننا أعضاء الجامعة العربية أن يقفوا منا هذا الموقف ، فأننا لم نسمع من حكومة أو شعب عربى مثل هذا الكلام ، غير بعض المقالات التي لخصت ونشرت في مصر ، مع أنها شعوب تلقى ما نلقاه ، ويحسن أن تضع معنا يدها في النار ، فقد وضعنا أجسامنا من أجلها في تلك النار يوم تأزم الامر فيها ، وكان لنا نصيب في فك أسرارها أو التخفيف من بلواها .

هذه تحية للباكستانيين وتذكرة للمؤمنين !!

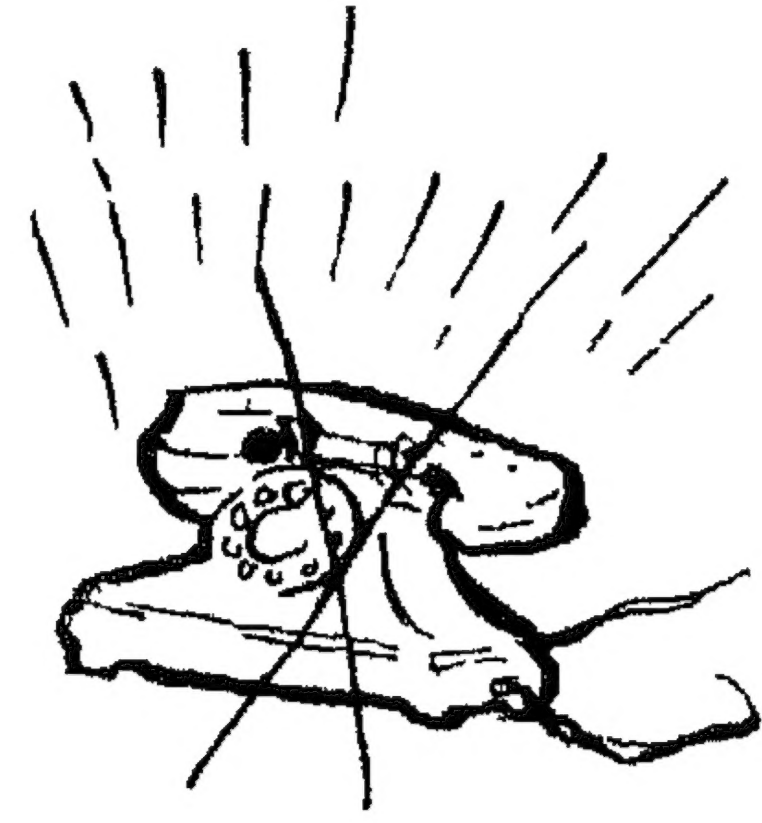


#### المواصلات في مصر

لن أؤمن مطلقا بأن الاستعمار قد انقضى عهده الا اذا تحررت مواصلتنا من آثار هذا الاستعمار ، أنظر الى ركاب القطارات أو الاتوبيسات أو الترام أو المترو ، وقل لي بربك هل هناك كفاح أقسى من هذا الكفاح ؟

كيف يصل الانسان الى عمله أو يعود الى بيته وفي قلبه ذرة من الانشراح وقد تحطمت أعصابه في الطريق ؟ ان مناظر الناس وهي تتكالب بالمناكب على درجات الترام أو السيارات العامة تذكرني بيوم الحشر الذي ذكرته جميع الاديان ، وصورت فيه الدنيا محشورة في مكان محدود ، بل ان يوم الحشر سيكون يوما منظما فيه الحياة أهون بكثير من حياة المصريين وهم يكافحون في الطريق العام ، وهو يوم يفرض على الناس أن يسيروا على صراط مستقيم ، وينحرف بعضهم الى الجنة والبعض الى النار ، بينما المصريون يأخذون أماكنهم بالعنف والقوة في القطر أو الترام ، ويستوون في (جهنم) وحقا ان مواصلتنا هي جهنم بعينها وخاصة اذا نزل مطر أو اشتد قيظ .

لعل أصحاب الشأن يريدون تهذيب الناس وتذكيرهم بجهنم حين يسمحون بسير هذه القطر أو تلك السيارات .



مستشفى المجاذيب !! ثم جاءت المصلحة فزادت ايجار التليفون ورفعت سعر المكالمات أو خفضت عددها وضاعفت مصاريف النقل ؟!

وانتظر صاحبي أن أجيب فصمت صمت آلة التليفون معظم اليوم !!



#### زيارات ثقيلة

غضب أحد الناس لانني لم أحسن لقاءه في بيتي ، ودليل ذلك عنده أنني استقبلته بشباب المنزل ، بيجاما وروب وطرطور فوق رأسي ! وأشهد أنني كنت متبرما بزيارته ، فقد كنت مشغولا بقراءة وكتابة عاجلة ، وهو قد أقبل على غير موعد ، فما كان يجوز أن أرفض لقاءه ، وما كان يحسن به أن يعاتب على مظهر المقابلة ، فان كنت معه ثقيلًا فقد كان هو أثقل ، لان بيت الانسان حرم يجب أن يستأذن الانسان في دخوله ، ويجب أن يرضى أصحاب البيت عن الساعة التي يدخل فيها الضيف ، والا أصبحت البيوت كحوانيت الحلاقة أستغفر الله فان حوانيت الحلاقة لها ساعات تغلق فيها ولها يوم اجازة ...

\*\*\*

#### هذه الاريحية

أعلنت الصحف ان الباكستانيين على استعداد لان يبعثوا بعشرين ألف محارب مسلح لمعاونتنا فيما نحن فيه



# بنيت النيل في السويس



كفر احمد عبده .

هؤلاء الوحوش بالضحايا  
المسلمين . جلست وبجانبيها  
ابنتها سميره وعليه احدهما  
قطعت رجلها برصاص  
الانجليز المجرمين والآخرى  
أصيبت في فخذهما . فأجزلت  
هيئة بنت النيل لهما الهدايا  
وقد طمأننا سعادة الدكتور  
عبد الحميد وهبي بك مدير  
المستشفى بالنتيجة لكثرة ما  
يبدل من الاهتمام نحوهما  
وقد شاهدنا هناك بعثة  
من كبار الاطباء برياسة  
دكتور فتحي الجزيري ثم

السيدة التي برهنت في كل  
مناسبة أنها خير من يشرف  
المصرية الحديثة بقوة  
شخصيتها وسعة أفقها  
ونشاطها الجسم وايمانها  
بوطنها خير ايمان . وكانت  
سيدات الهلال يرحبن ببنت  
النيل أجمل ترحيب .  
طافت الهيئة بالمستشفى  
الاميرى ووزعن الكساوى على  
كل جريح مع الحلوى  
والسجائر والفاكهة .  
ومما لفت الانظار منظر  
سيدة تشير الالم مما فعله

في سبيل رسالتها . انها  
مواطنة تطالب بحقوقها فعليها  
ان تقوم بالواجب وتبعاته  
وأخيرا عقدن العزم  
وساقرن في الساعة الخامسة  
من صباح يوم الخميس .  
فما أن علم وفد الصحافة  
بالسويس بوجود هيئة اتحاد  
بنت النيل حتى صحبهن  
في كل مكان ذهبن اليه .  
ذهبن الى مستوصف الهلال  
الاحمر فاستقبلهن صاحبة  
العصمة سميحة هانم الخولى  
حرم سعادة المحافظ . تلك

خرجت الدكتورة دريه  
شفيق رئيسة اتحاد بنت  
النيل في الصباح المبكر الى  
السويس يصحبها وفد من  
أعضاء الاتحاد قيل لهن ان  
الطريق خطره والامر صعب  
فتريثن . . . فقلن وهل بنت  
النيل تعرف الخوف أو  
الوجل ؟ أنها لو تطرق  
الخوف الى قلبها ما قامت  
قومتها هذه وما طالبت  
بحقوقها في جو يقف الكثير  
فيه في سبيل تقدم المرأة  
وما تحملت كل هذه الصعاب

... وتفحص احوالهم

بنت النيل تواسى الضحايا







جلست وبجانيها ابتناها

ما بقى من أفراد هذا الكنز  
العظيم . ورجعن فى المساء  
وصورة كفر عبده ملء السمع  
والبصر ، الكفر الذى خلق  
فى الامة روح الكفاح والثار  
روحية القلبنى

الانسانية المقدس ليخففوا  
ألم الجريح ونكبة النكوب  
هذا يداوى وتلك تسواسى ،  
وهذه تهدي الهدايا . فمصر  
اذا بخير . ثم ذهبن بعد  
ذلك الى كفر عبده أو كفر  
الاحرار ووزعن النقود على

اتحاد بنت النيل



فى المستشفى الاميرى

الانسانى الوطنى  
والله ان مصر بخير مادام  
بها هؤلاء المخلصون العاملون  
والمخلصات المكافحات .  
هيئة بنت النيل وهيئة  
الهلال الاحمر وهيئة الاطباء  
الجميع يلتقون فى معبد

الدكتور سعيد عفت نائب  
مستشفى الملك ودكتور محمد  
عبد الحميد ودكتور فريد  
عز العرب مع عدد من  
المرضات والحكيمات . ترك  
الجميع عياداتهم وأعمالهم  
فى سبيل هذا العمل

ووزعن الكساوى





# بنات النيل تحيا لبلدنا



كان يوما حافلا بالمعاني الوطنية الرائعة يوما يعبر عن الوعي القومي بصورة تبعث على الامل في حياة حرة مستقلة لا أثر للمستعبد فيها أو المغتصب .

شرف الحفل صاحب السعادة صادق باشا جوهر وكيل وزارة المعارف ومعه بعض كبار رجال الوزارة كما شرفه سعادة عبد الواحد بك خلاف مدير عام التعليم الاولى .

وقدمت الاستاذة زينب لبيب المتكلمين وبدأ الحفل سعادة جوهر باشا لانه الرجل الذي ساعدنا في جهادنا لنقضي على الامية بين النساء حتى تشارك المرأة في السياسة العثامة بصورة مشرفة .

تقدم صادق باشا بكلمة رائعة مثنيا على جهود الاتحاد الذي أثبت للعالم ان المرأة المصرية قد بلغت حدا من الجهاد والنشاط ما يجعلنا نفخر بها حقاً . ثم تلتها السيدة فتوحه عثمان عضو اتحاد بنات النيل والمراقبة بوزارة المعارف بكلمة قيمة نالت الاستحسان عبرت فيها عن استعداد بنات النيل للكفاح جنبا الى جنب مع الرجال .

وأخيرا قامت الدكتورة درية شفيق رئيسة اتحاد بنات النيل بين عاصفة من التصفيق وعبارات مختلفة من التهتافات زعيمة النهضة . المكافحة في سبيل رقي المرأة . المدافعة عن حقوق النساء . السيدة التي أثبتت حق المرأة الشعبية في الحياة بعد أن نقلتها من عالم الجهالة الى عالم النور . قامت فألقت درسا وطنيا رائعا ناشدت فيه بنات النيل ألا يتخلين عن الجهاد ورجتهن في حرارة أن يعملن ويتكاتفن في سبيل قضية الوادي ولا يحفلن بعاتب أو مهاجم فمن يقف في سبيل العامل من أجل الوطن يعتبر خائنا له . ثم رحبت بالاعضاء الجدد وعددهن ألفان . وكان منظرا شعبيا جميلا أن تختلط فتاة الجامعة والمعاهد العالية بطالبة محو الامية وأعضاء الاتحاد . الجميع ينتظمون في الصف معاهدات مصر على البذل والتضحية .

وقد اختتمت الكلمة بالتصفيق الحاد المتواصل من بنات الشعب اللائي أصبحن أعضاء جددا بالاتحاد بعد أن انتقلن من عالم الجهل الى حياة النور والعلم .

ومن أجمل المناظر التي رأيناها منظر الصحفيين وهم يمتحنون الاعضاء الجدد ليتأكدوا من مبلغ علمهم . فكان يجبن على الاسئلة كتابة بشكل مشرف ويطمئن الاتحاد على مجهوده الجبار في محو الامية وأنه اذا عزم على شيء لا تغفل عنه حتى ينجزه .

وأخيرا وزع سعادة جوهر باشا الاقمشة والحلوى على الطالبات وعرائس المولد النبوي الشريف على أوليات الفصول وخرج الاعضاء الجدد وكلهن لسان يهتف بحياسة الدكتورة درية شفيق وأعضاء الاتحاد .

يتوافد على اتحاد بنات النيل زعيمات النهضة النسائية بالبلاد الشرقية والعربية  
وها هي ذى السيدة ساحرة السامرائي تتحدث عن الاتحاد النسائي وتسرد للدكتورة درية شفيق آملاها الكبير في تحقيق آمال العراق في نساء مصر .  
وترى معهما الاستاذة روحية القليتي



# ”بنت النيل“ ترعى الرجل

إذا نسي الرجل حقوق المرأة ، وتناسى آلامها ، وأغمض عينيه عن مشاكلها .. فان المرأة لا تعامله بالمثل ولكن تنتهز كل فرصة لكي تبحث مشاكله وتفتش عن أسباب آلامه لتزيلها ، وتفكر وتجهد نفسها بالتفكير لكي تضمن لذلك الرجل عيشا سعيدا وحياة هنيئة . ولست بذلك أدعى شيئا فان المرأة اذا استطاعت بذلت كل جهدها في سبيل اسعاد بنى وطنها غير مفرقة بين رجل وامرأة .

وان شئنا أدلة على هذا فان الايام ستظهر منها الكثير ، أما اليوم فاني سأكتفى بتلك الصور القلائل المنشورة على هذه الصفحة ولهذه الصور قصة :

ففي يوم كانت الدكتورة درية شفيق تتصفح احدى الجرائد فاذا بها تجد عاملا يشكو ضالة مرتبه بالنسبة للأسرة التي يعولها وللنفقات الكثيرة التي تتطلبها حياته وحياة أسرته ... وهنا تأكدت الدكتورة درية من أن العمال في المصانع المصرية لا يستطيعون عيشا كريما وبالتالي يخيم الفقر على بيوتهم ويظلمها الجهل وينتشر فيها المرض .. وهنا صممت أن تبحث عن حال هؤلاء العمال وتلمس مشاكلهم عن قرب .

وفي الطريق الى شبرا حيث توجد مصانع ياسين بك للزجاج أخذت تعيد على قصة ذلك العامل وتلقى عليه باللائمة لانه من هؤلاء الذين لا يستسيغون مساعده نسائهم لهم .

وهناك وجدنا عكس ما كنا نظن فأجور العمال مرتفعة لدرجة أن أجر بعضهم قد يصل الى جنيه ونصف في اليوم الواحد . اذن ما السر في أن بعض هؤلاء العمال لا يحيا حياة مريحة بالرغم من ارتفاع أجره ؟ أهو الجهل يدفعهم لان ينفقوا أموالهم في غير موضعها أم أن تلك تقاسمه الحياة قد بليت بسوء التصرف نتيجة لجهلها فأضاعت مال زوجها وجهده .

ان كانت العلة هي السبب الثاني فان المرأة كفيلة باصلاح نفسها ومداواة جهلها وما مدارس مكافحة الامية التي تنشئها اتحاد بنت النيل الا دواء لهذه العلة

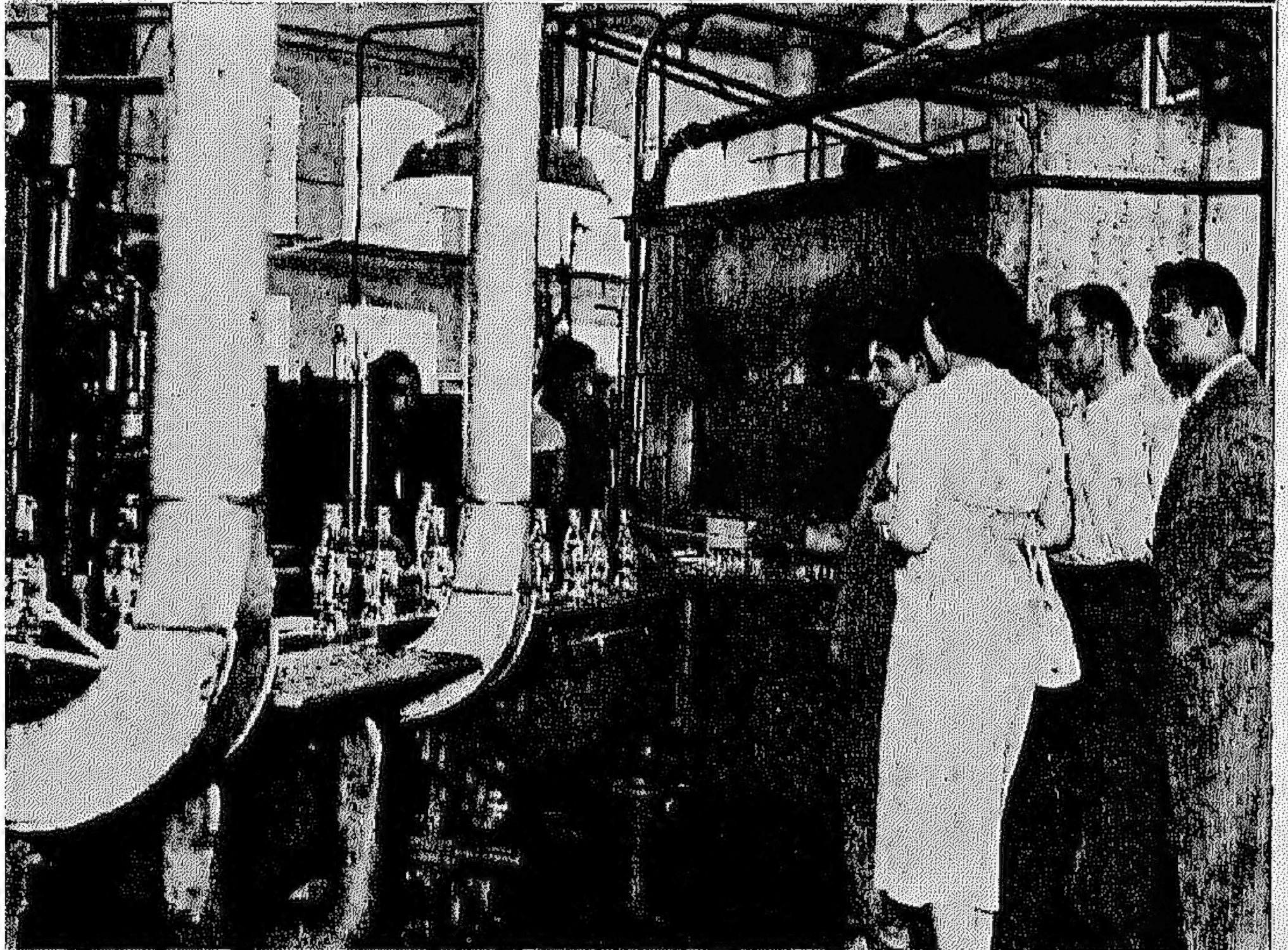
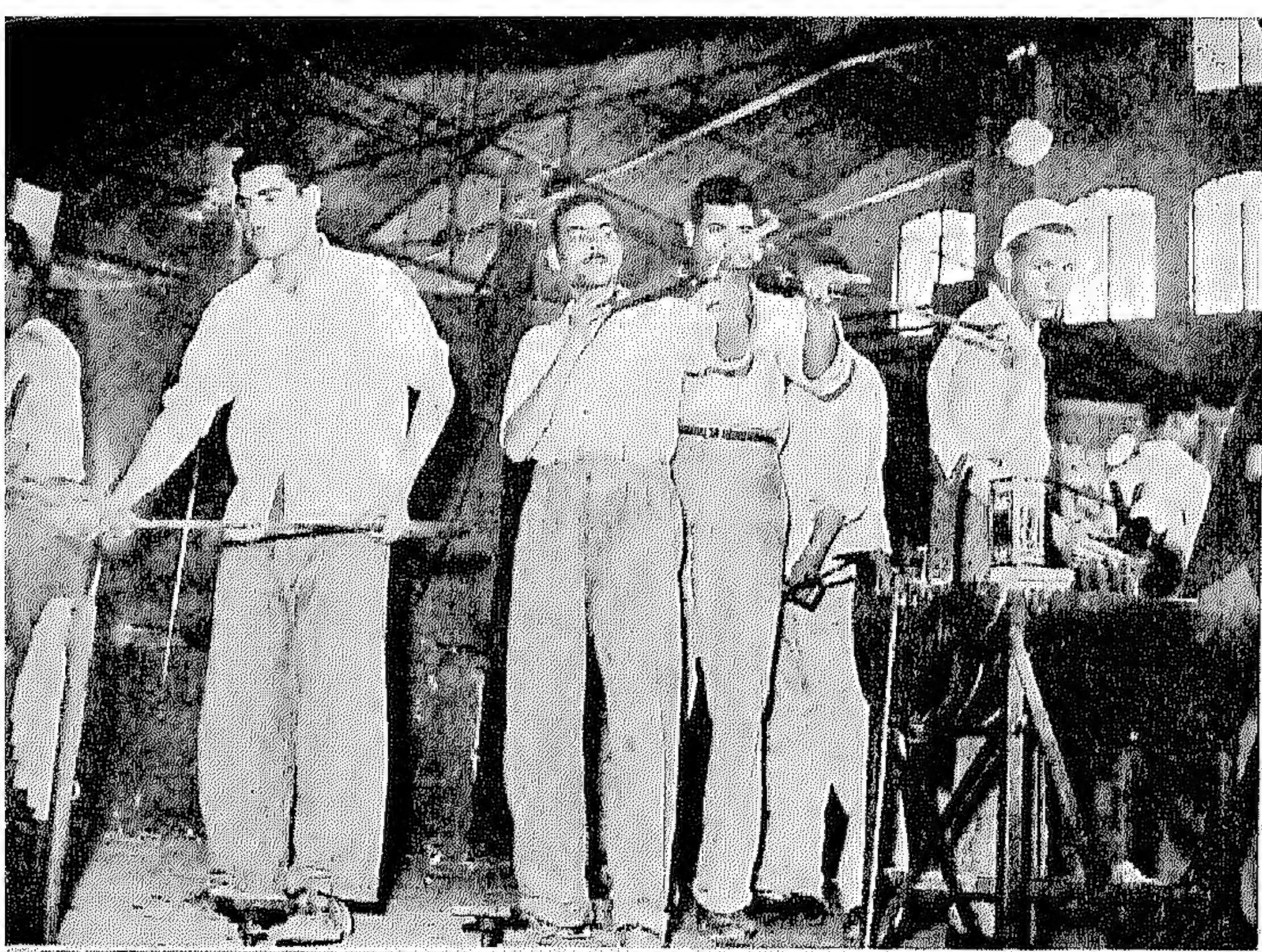
أما فيما عدا ذلك فجدير بالرجل أن يرعى نفسه ولا عيب في أن يهرغ الى زوجته كلما أعوزته الحاجة فليس عيبا أن تعمل المرأة بجانب الرجل ولكن العيب أن يتهدم البيت ويقف الآباء مكتوفى الايدي .

ومن ناحية المرأة فقد عازمت الدكتورة درية شفيق أن تعمل على زيارة بعض العمال في منازلهم وتبحث حالهم وستعمل بينها وبين نفسها على أن تضمن لهذا الجزء الكبير من مجتمعنا حياة سعيدة فتضمن بذلك تقدم الشعب وتفوقه على غيره من الشعوب .

ف...

الصور :

- (١) بعض العمال منهمكن في صبغة الزجاج
- (٢) الدكتورة درية شفيق تبحث الحالة الاجتماعية ل احد العمال
- (٣) جانب من الآلات التي استوردتها المصنع حديثا
- (٤) نظرة الى ما يبذله العمال من جهد







# من علازمة بنت النيل



## العناية بالطفل

### لطبيب بنت النيل

تحل المشكلة من تلقاء نفسها .  
ولكل طفل نظامه  
التوافقى الطبيعى فى الاكل  
والنوم - والاخراج ( التبرز  
والتبول ) ولذلك يجب على  
الام أن توفق بين هذا النظام  
والبرنامج الموضوع بحيث لا  
يتعارضان فيكون للطفل :

- ١ - موعد محدد للرضاعة
- ٢ - موعد محدد للاستحمام
- ٣ - فترات محددة للرياضة فمما لا شك فيه  
أن الطفل تتحسن صحته  
ويأكل وينام جيدا اذا تعرض  
للمشمس مدة كافية واستنشق  
هواء نقياً .
- ٤ - فترات محددة للنوم

### الرقابة الصحية :

يقوم الاقارب والاصدقاء  
بزيارة الام بعد الوضع  
( الولادة ) لتهنئتها ورؤية  
المولود وجدير بالام أن تمنع  
أى شخص مصاب بمرض  
معد ولو كان زكاما من  
الاقتراب من الطفل وأن  
تلاحظ ألا يسعل أحد بجوار  
الطفل أو يتكلم أمام وجهه  
مباشرة واذا كانت هى مصابة  
بزكام فيجب أن ترتدى قناعا  
يغطى أنفها وفمها - ومن  
الضرورى تعقيم جميع  
الوانى والادوات التى  
يستعملها الطفل وخاصة  
اذا كان يأخذ رضاعة صناعية  
( لبن فى زجاجة أى بزازة )  
ويجب عدم الاهمال أو  
التوانى فى تحصين الطفل  
ضد الجدري والدفتريا .

اللازمة التى تبذل له من  
غذاء كاف وتعرض للشمس  
والهواء ووضع تحت رقابة  
صحية حازمة . ولكنه يحتاج  
أيضا إلى رعاية معنوية الا  
وهى العطف والحب واذا  
قارنا من الوجهة الصحية بين  
طفلين متشابهين من كل  
الوجوه الا أن أحدهم يمكث  
فى مستشفى لسبب من  
الاسباب والاخر يعيش فى  
منزله لوجدنا أن الثانى  
يفوق الاول صحة ونشاطا  
لأنه يتمتع بعطف والديه  
وحبهما والبيئة السعيدة  
تشبع السعادة حولها ومهمة  
الوالدين ازاء طفلهم الناشئ  
هى الدراسة والتوجيه يجب  
عليهما ألا يفرضا على الطفل  
أن يكون مثاليا كالطفل الذى  
تكتب عنه مجلات الاطفال  
فإن لكل طفل طبيعته  
وظروفه الخاصة فلا داعى  
لأن تعتمد الام اعتمادا كليا  
على نصائح الاقارب والاصدقاء  
بل تميز بين ما يصلح  
تطبيقه على طفلها وما لا  
يصلح .

وعلى الام أن تستشير  
الطبيب يوميا فى الاسبوع  
الاول لولادة الطفل ثم فى  
اليوم العاشر ثم الرابع  
عشر وبعدها مرة فى الشهر  
حتى يبلغ الطفل عامه الاول  
- واذا كانت الام ترغب فى  
أن تباشر طفلها بنفسها  
فيجب عليها أن تضع له  
برنامجا خاصا لا تحيد عنه  
وقد يترتب على تطبيقه أن  
يرتبك عمل المنزل الى حين  
تعتاد هذا النظام وحينئذ

المقالات تتناول العناية  
بالطفل منذ ولادته حتى يشب  
ويكبر بلغة مبسطة بعيدة كل  
البعد عن الاصطلاحات  
الطبية حتى تكون ميسورة  
الفهم لكل أم ذات ثقافة  
متوسطة .

يولد كل طفل تقريبا  
بصحة جيدة ويتوقف الى حد  
ما استمراره فى تمتعه  
بصحته على الرعاية الجثمانية

لاحظت اهمالافى العناية  
بالطفل فى أغلب الاسر  
المصرية التى اختلطت بها ولما  
كان من الواجب أن تولى كل  
أم هذا الامر اهتمامها الكلى  
لينشأ الطفل نشأة صحيحة  
ويكون سليم البنية فيصبح  
نواة لجيل جديد قوى نحن  
أحوج ما نكون اليه فى كفاحنا  
من أجل الحرية - ولذلك  
رأيت أن أنشر سلسلة من

## أكفل لأطفالك نموا طبيعيا وصحة جيدة



مثل هذا الطفل الجميل يفخر  
به والداه !... جسم صغير متين  
البنان واسنان بيضاء قوية . ويرجع  
السبب الى أنه يتعاطى بانتظام  
« سفين سيز » - زيت كبد الحوت النقى  
الذى تتوفر فيه الفيتامينات  
والمواد الدهنية الطبيعية .  
« سفين سيز » يعطى الأطفال  
القوة والنشاط ويكفل لهم  
نموا صحيحا طبيعيا .

زيت كبد الحوت : سفين سيز

# Seven Seas

طعام الفيتامين الطبيعى البحرى الطازج

يباع فى جميع الصيدليات



|       |           |              |
|-------|-----------|--------------|
| زجاجة | ٨ اوقيات  | ١٦ قرشا      |
| زجاجة | ١٦ اوقية  | ٢٨ ١/٢ قرشا  |
| زجاجة | ٢٥ كبسولة | ٩١ ١/٢ قرشا  |
| زجاجة | ٥٠ كبسولة | ١٧١ ١/٢ قرشا |
| زجاجة | اوقية     | ١٣ قرشا      |



# مضايقات المرأة

للككتور حسنى السيد حجازى

يأتى حب جمال الوجه فى الغرائز الانسانية عقب غريزة حب البقاء لذلك ليس بدعا أن تهتم السيدة دائما ببشرة وجهها تستعين بالمساحيق والسكريات والغسولات وغيرها لتشبع هذه الغريزة الانسانية وتضيق وقتا كئيبا أمام المرأة تحاول فيه الاقتناع أو الاقتناع

فالمرأة لا شك تذكرها دائما بهذا الوشم الازرق أو ذلك التشريط بجانب العينين أو تلك الآثار الباقية لهذه العملية الجراحية التى أجريت لها منذ زمن بعيد أو قريب أو هذه الحسنة التى نود أن تزول وغير هذا وذاك من مضايقات

ولكى أهون عليك ياسيدتى هذا النضال النفساني المكبوت وهذه الصداقة اللدود بينك وبين المرأة أنصحك باستشارة جراح التجميل فى كل ما

يضايقك من أشباه هذه الحالات فهو لاشك ينزع الى الكمال ما استطاع العلم الحديث أن يعينكما عليه ويوصلك الى مستوى من الجمال يرضى المرأة والناظرين

وأود أن أقصر حديثي هنا على اثنين من هذه المضايقات وهما الشعر وحب الشباب يكثر ذكرهما فى رسائل قارئتنا الكريمات تتفاوت كميات الشعر بالجلد تفاوتا كبيرا فهو غزير فى بعض الرجال قليل فى معظم النساء له أماكن يكثر بها وأخرى يندر وجوده فيها وله مميزات جنسية أخرى لا داعي للاسترسال فيها ويكفى أن أذكر أن

الشعر والخلايا الجلدية التى تكونه وتلتف حول جذوره جزء هام فى كل نسيج جلدى - وغير خاف ما تتبعه بعض السيدات من الاستعانة بالملقط أو (الحلاوة) ليزلن بهما هذه الشعيرات اذا كانت فى جزء ظاهر كالوجه مثلا ولكن كلتا الطريقتين فضلا عن ألمهما الشديد تستأصلان الشعردون الخلايا فلا يلبث الشعر الا أن يعود مرة أخرى أما الطريقة الشرقية الاخيرة فعلاوة على ذلك تعطى للجلد لمعانا ظاهريا لا يخفى على الكثيرين والنصيحة الطبية الواجب اتباعها هو الاستعانة باخصائى الغدد اذا ما كان الشعر غزيرا شاملا للجسم

كله أما اذا كان عاديا أو على شكل شعيرات متناثرة بسيطة أو فى بقعة صغيرة بالوجه فعليك بجراح التجميل فهو الذى يحدد أى الحالات تستدعى العلاج بالكهرباء حيث تقتل هذه الخلايا وأياها يستدعى جراحة التجميل

أما حب الشباب فأمره معروف للجميع اذ يصيب الشباب ممن كانت لهم بشرة دهنية كثيرة المسام وهو يزول من تلقاء نفسه كلما تقادم السن ولكنه يترك آثاره كالفجوات والنقط السوداء فى أغلب الأحيان - وعلاقته قوية بوجود قشر الشعر أو مرض باطنى أو نسائى - ونصيحتى لمن لم يسعدها الحظ ولم تر فائدة تذكر من علاج طويل لجميع هذه الحالات الثلاث أن تستشير جراح التجميل فعنده عملية حديثة تزيله وآثاره

## تخفيضات بنوى بعد الجرد

فرصة كل سيدة لشراء جميع لوازمها بأفضل الأسعار



فاتين صوف مبالفة من ٣٥٥ الى ٣٨٠  
تاير صوف ٢٩٥  
فاتين وايرى جرسير والى الحاج ٨١٥ و ٦٠٠  
بالطوصوف ٢٠٠ وكامل - بطاير مرير ٤٥٠ و ٥٤٠  
صوف للفاتين عرض ٧٠ سم ٣١ و ٢٩  
صوف للفاتين عرض ١٢٠ سم ٧٤  
صوف فاشانزى للفاتين ١٢٠ سم ٥٤ و ١٢٦  
صوف للبلوط ٩٠ و ١٢٥  
أرواب حرير ٢٨٥ و ٣٤٥

وتشكيلة كبيرة من الكستورات واللاتيال والحرير وجميع ما يلزم المنزل من بطاير صوفية وفوط وبشاكير للمسام

## محلات أولاد اسلام باشا

مزدع القاهرة : ميدان الفلكى - ٨٧ شارع شبرا - ميدان الساعة بالجيزة  
المحلات مفتوحة كل يوم أحد  
سنة ١٩٩٣ هـ



# أمراض الأسنان

للدكتور مراد سليم فهمي أخصائي جراحة الاسنان  
( مستشفى كفر الزيات الاميري )

تلك الميكروبات وتظهر رائحة الفم الكريهة جلية واضحة ويصاحب هذه الظاهرة سهولة اذفاء اللثة لاتفه الاسباب وكذلك تخلخل في الاسنان وأسباب هذا المرض هي عدم العناية بالاسنان خصوصا في وقت التسنين وتراكم المواد الجيرية وعدم انتظام الاسنان والتنفس عن طريق الفم وكذلك الغذاء الرخو الذي لا يحتاج الى مضغ

**العلاج هنا :** تنظيف الاسنان بعد كل وجبة وعدم تعاطي سكريات بين وجبات الاكل - الرجوع الى الطبيب لعلاج الاسنان وأوصى باستعمال مضمضة قلبية تحتوى مثلاً على كربونات المغنسيوم أو غيرها

**التنفس عن طريق الفم :** سبب مباشر للبيوريا وتسويس الاسنان وينتج عن صعوبة في التنفس عن طريق الانف والعلاج هنا هو ازالة السبب مثل الزوائد الانفية .

**الامراض الجراحية المختلفة:** وفيها يجب الرجوع مباشرة الى الطبيب ومما يجدر ذكره أن البنسلين قد لعب في علاجها دورا كبيرا وقبل أن أختتم هذا المقال أريد الاشارة الى :

(أ) أن أمراض الفم والاسنان تكثر وتشتد أثناء الحمل بسبب تغير الوسط التفاعلي في الفم الى الاتجاه الحمضي وبسبب القيء الذي يحدث أثناء الحمل ويحمل الحامض المعدى الى الفم ويصبح من السهل على الميكروبات أن تعيش في الفم وكذلك تشتد أثناء التسنين للامام الموجودة وكذلك لعدم سهولة المضغ

اننى اذ أكتب هذا المقال أرانى قد تخيرت موضوع يهم كل امرأة وخاصة اذا كانت عصرية وكل آنسة أو سيدة يهمها أن تتلافى الاسباب التي تؤدي الى هذه الظاهرة أو تجد لها العلاج ان لم تكن قد تنبهت الى الاصابة بأحد أمراضها .

ان هذه الظاهرة ما هي الا واحدة من أعراض عدة أمراض مختلفة متباينة بعضها في الفم والبعض الآخر في أجزاء أخرى من الجسم .

**أمراض الفم التي تؤدي الى الرائحة الكريهة**

- ١ - البيوريا .
- ٢ - تسويس الاسنان .
- ٣ - التنفس عن طريق الفم .

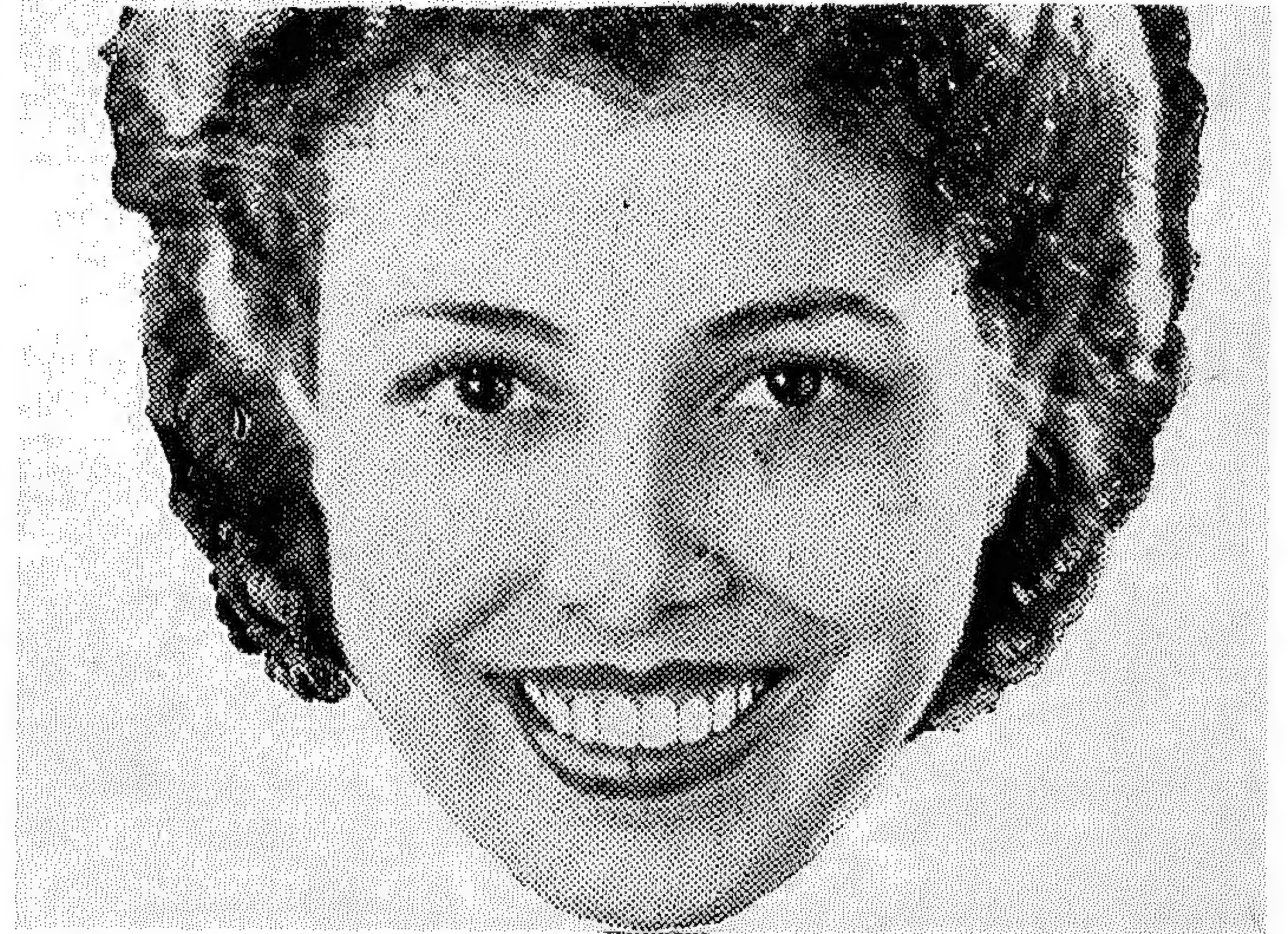
٥ - أمراض جراحية مثل السرطان ونكروز الفك وأنواع القرحة المختلفة والخراجات وغيرها من الامراض .

وقد تنتج هذه الرائحة من أمراض :

- (أ) الجهاز الهضمي
  - (ب) الكبد
  - (ج) التهاب اللوزتين
  - (د) التهاب الجيوب الانفية
  - (هـ) خراج الرئتين
- وهناك أمراض أخرى ولكن سنقتصر في حديثنا على أمراض الفم

(أ) البيوريا : عبارة عن مرض يصيب الغشاء المحيط بالاسنان وكذلك اللثة وعظم الفك وينتج عنه تآكل في عظم الفك نفسه ووجود جيب بين السنه واللثة يتراكم فيه بقايا الاكل وكذلك الميكروبات الصديدية ويمضى الوقت يزداد عمق الفجوة بين الاسنان واللثة وتكثر

# الابتسامة المحبوبة الصحية صفت مميزة لكل من يستعمل كولينوس !



## اعتمد على كولينوس لأسباب ثلاثة -

- ١ كولينوس له رغبة الفريدة الفائقة التي تظف بين الأسنان ونقل أظفارها وتجعلها بيضاء منقاة
- ٢ كولينوس له عناصره الخاصة الفائقة المعروفة التي تعادل أحماض الفم، وتمنع تكونه الفشاء المخاطي الكئيب
- ٣ كولينوس له تأثيره الفعال المضاد للبكتيريا - وهو يفتك بالجراثيم الشائعة التي تسبب التآكل

**اقتصادى -**  
استعمل نصف بوصة فقط



**الاقتصاد**  
اشترى الابتسامة الكبيرة -  
لا تكلفك الا قروش قليلة أكثر!

تليفون بنت النيل ٤٠٦٨٤ - ٤٩٦٦٨  
١٤



# انتهـزوا فرصة التصفية النهائية الكبرى

بشركة فيليبس  
لمخلفات الجيش سابقا

٢٦ شارع فؤاد الاول بجوار قهوة بارادى

بطانية صوف خالص ٧٠ - ١٦٠ - ٢٣٠ قرشا  
فانلة صوف ناعم نصف كم ممتازة ٧٠ - ٩٠  
فانلة صوف سميك أو كلسون تبعها ١٠٥  
بنطلون جبردين أو فانلا كبس أو مبرد ٩٠ - ٢١٠  
بنطلون كاكي سيرج غامق أو فاتح ٩٥ - ١٦٠  
بالطو ووتربروف ثقيل كاكي ١٤٠ - ٢٥٠  
بالطو صوف متين كاكي أو أسود ٢٥٠ - ٢٠٠  
جاكته طويلة رمادى صوف ١٠٠٪ ٦٠  
أوفرول خفيف أو ثقيل ٩٠ - ١٢٠  
جوانتى صوف أو جلد صنف متين ١٨ - ٩٠  
شراب صوف خالص ثقيل أو ناعم ١٥ - ٢٥  
ملاية مقاس ١٤٠ × ٢٢٥ ٦٠  
ملاية كبيرة مقاس ١٨٠ × ٢٥٠ ١١٠  
ويوجد سويتيرات صوف أو ووتربروف وقمصان  
وطواقى وركب وبيجامات وألحفة وفوط وسراير  
وخزائن وأغطية سيارات ومشمع بالتر وحبال  
وصابون وخلافة

تتقدم الحالة أوصى باستعمال  
معجون الاسنان (بيوركس)  
على الفرشاة برفق على الاسنان  
من أعلى الى أسفل فى الفك  
العلوى ومن أسفل الى أعلى  
فى الفك السفلى وإذا كانت  
الحالة متقدمة يجب استشارة  
الطبيب الذى قد يقوم بكى  
اللثة أو اجراء عملية  
استئصال لها. وفى الحالات  
المتقدمة خصوصا إذا  
كان المريض يشكو من آلام  
روماتيزمية أو سكر أوصى  
بخلع الاسنان

## تسويس الاسنان :

عبارة عن هدم الجزء  
الصلب من السنة وتجمع  
فضلات الأكل فى الفجوات  
الناجمة وكذلك الميكروبات  
ويحدث أن تتعفن تلك  
الفضلات وتنتج الرائحة  
وأهم أسبابها هى أيضا  
اهمال الاسنان ونضيف هنا  
استعمال المواد الغذائية  
الكاربوهيدراتية وخصوصا  
السكريات البسيطة وخاصة  
إذا تعاطيناها بين الوجبات

مما يتيح معه تراكم الفضلات  
(ب) لا بأس من استعمال  
حبوب أو باستيلية تحتوى  
على مواد تياره مثل النعناع  
أو غيرها الى أن ينتهى العلاج  
وذلك لتحسين رائحة الفم  
والعلاج هنا يعتمد كل الاعتماد  
على المريض فيجب عليه

١ - استعمال مادة  
قابضة مثل حامض  
الستاتيك وهو على شكل  
بودرة مرتين يوميا لتدليك  
اللثة صباحا ومساء

٢ - استعمال مضمضة  
تحتوى على مادة الكراويا  
أكثر من مرة

٣ - إذا كان هناك ألم  
أوصى باستعمال :

أيوديد الزنك ١٥  
الايودين ٢٥  
جليسرين ٥٠  
ماء ١٠

بالوزن  
وذلك على مرور بين  
الاسنان

٤ - استعمال فيتامين ج  
بمقدار ٥٠٠ جم يوميا عندما

أجمل  
هنا الأعياد  
جوارب

نايلون لوزجى

المصنوعة من نايلون ريبون

نضامى أجمل الجوارب

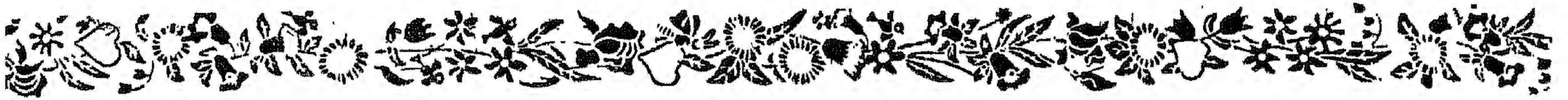
الاصنعية

مصنوعة بأيدي مصرية

بسمير من  
تبع بالحدت الآنية

ميكوريل ، صيد ناوى ، شركة بيع المصنوعات المصرية  
بنزايون ، عمرفنى ، أحمد هلاله  
محمد ، مالك ، أوك



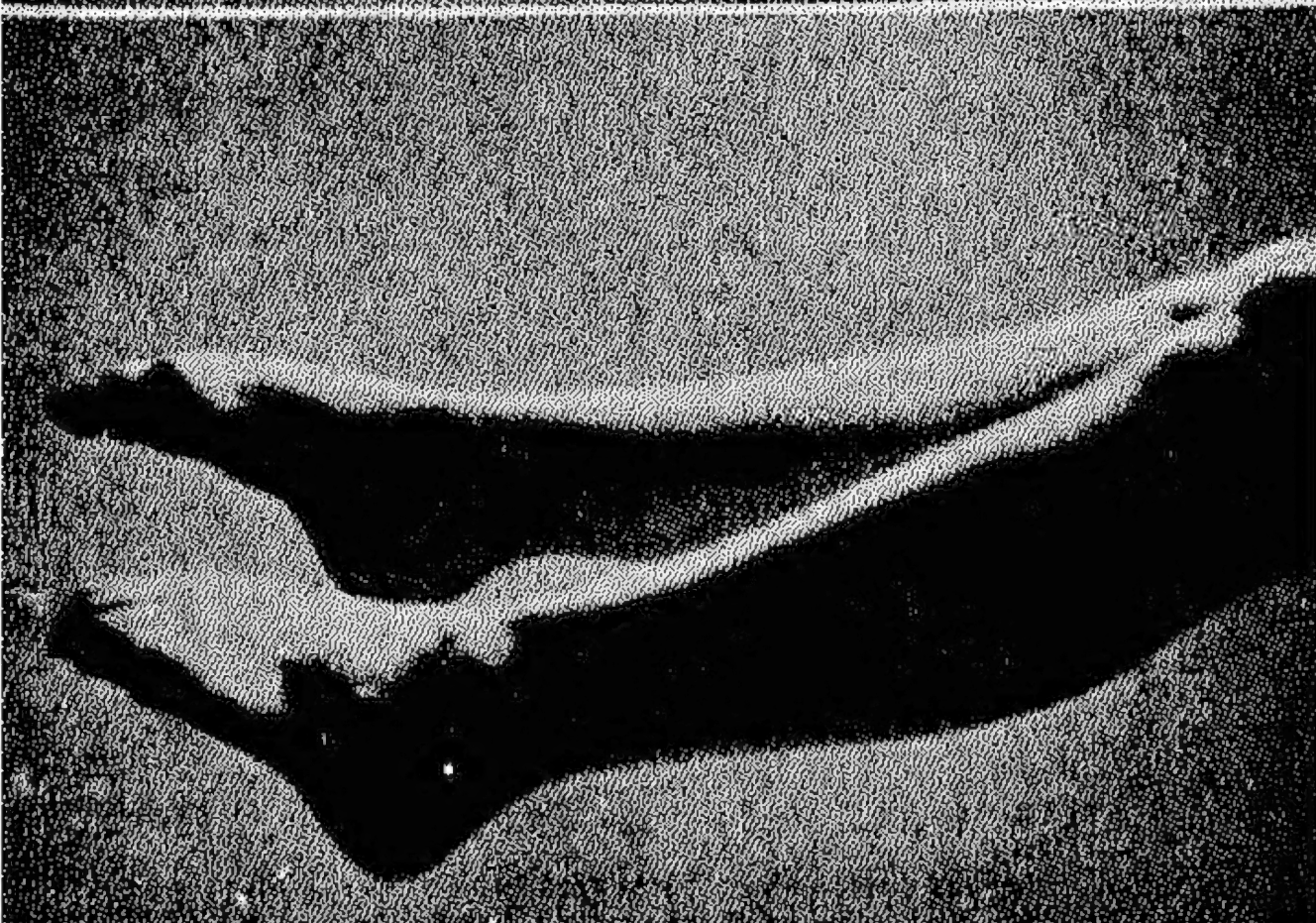
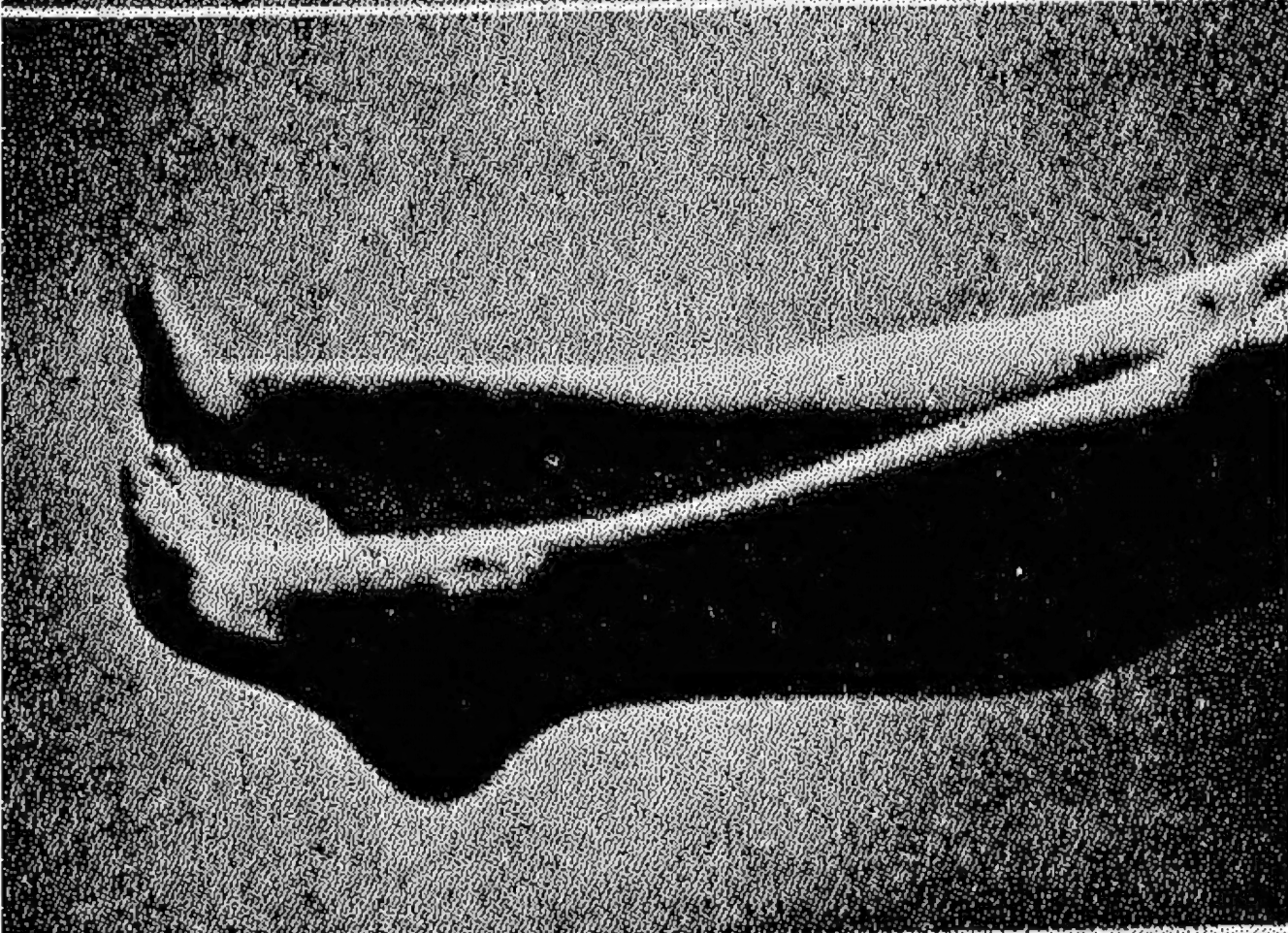
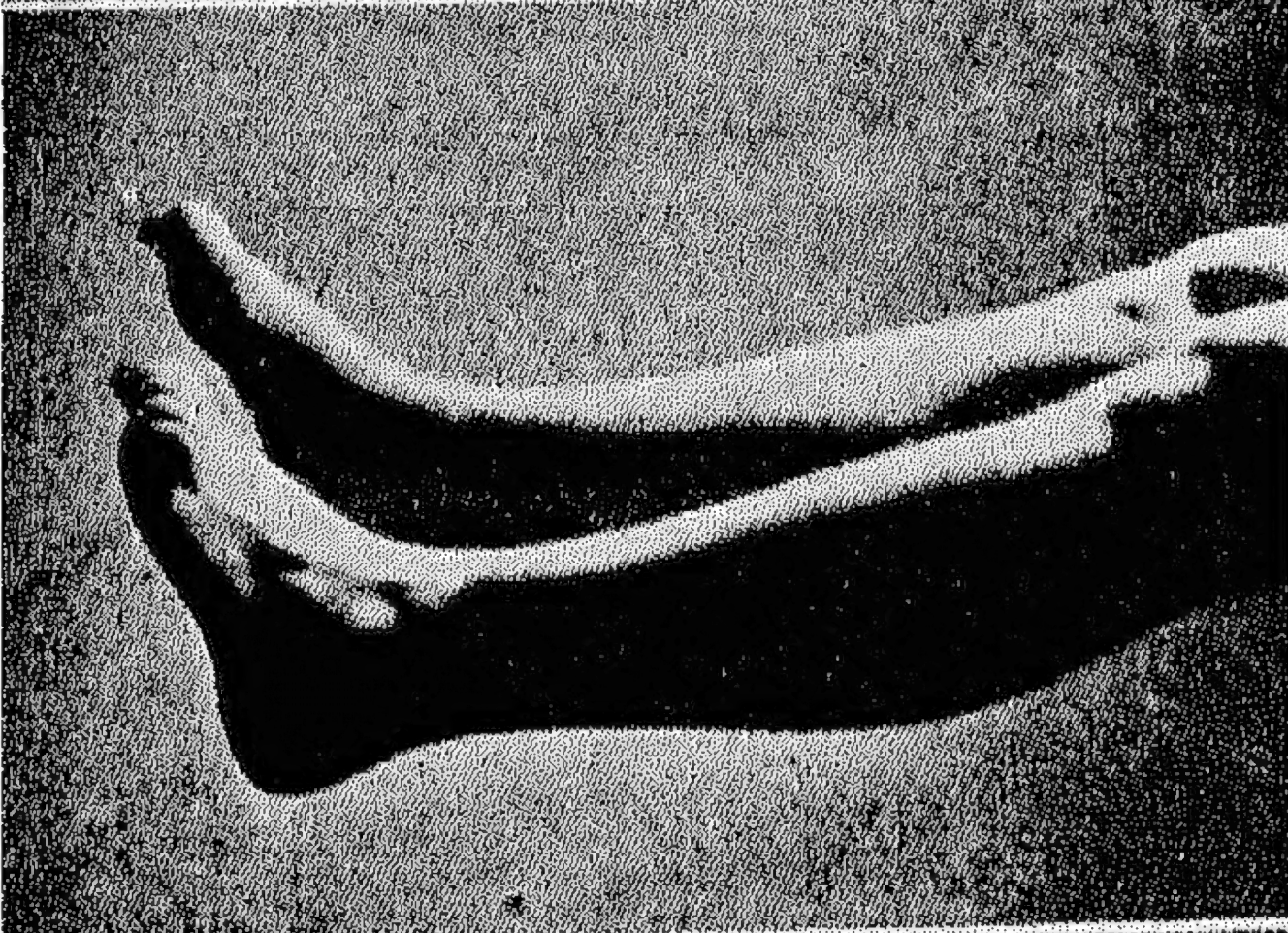
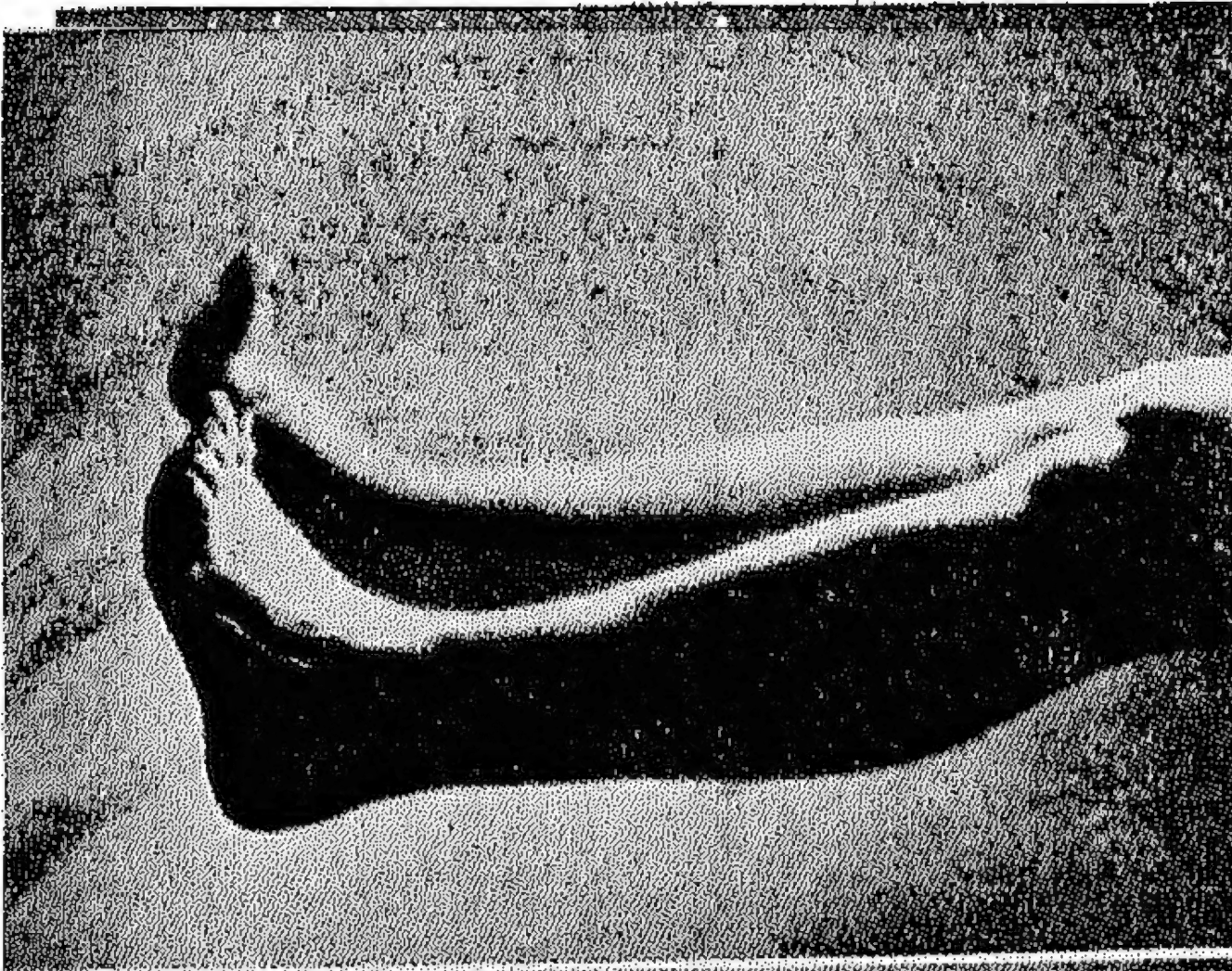


توجد أكثر من مائة طريقة مختلفة لتقوية الجسم •  
ولكن لا يوجد الا ثلاثة أنواع من الرياضة تحقق تناسق  
الآلة الانسانية وهي : السباحة والتجديف والسير على  
الاقدام •

ولا يوجد من تلك الرياضات الثلاث الا السير على  
الاقدام ليعطى أحسن النتائج وأكملها بأقل نفقات ممكنة •



اربعة تمارين مختلفة للقدمين



الواحدة، كمن يتنزه في حديقة  
من الحدائق العامة يقف تارة  
ويمشي أخرى •••

ان المشي الذي يريح والذي  
ينشط والذي يقوى لك  
سنشرحه لك على هذه  
الصفحة •

لا بد أن نسألك أولاً كيف  
تمشين في الشارع؟ هل تمشين  
متراخية؟ نعم أنت تمشين  
كذلك، لانك تثنين ركبتيك  
أما شد الساق مع عدم ثني  
الركبة فهو من شأن  
الرياضيين الذين يمارسون  
الرياضة بدون انقطاع •  
نحن لانطلب اليك أن تكوني  
مثلهم في طريقة مشيهم  
ولكن كل ما نريده منك هو  
أن تجعلى حركاتك نشطة •  
ولتكن سعة الخطوة بين ٦٥  
سم و ٨٠ سم حسب ارتفاع  
قامتك • أما عن السرعة  
فيجب أن تكون بين خمسة  
كيلو مترات وستة • وهكذا  
يتحتم أن يكون عدد الخطوات  
مائة في الدقيقة الواحدة •  
أتركي ذراعيك تتأرجح  
أرجحة طبيعية • تنفسي ولكن  
دون أن تلاحظي نفسك ودون  
أن تقومي بأي مجهود وسوف  
تجدين الايقاع الذي يناسبك  
والذي يختلف عادة بالنسبة  
لاستعدادك ودرجة الحرارة  
وطبيعة الارض التي تمشين  
عليها •

لا تمشي أكثر من ٦ كيلو  
مترات في اليومين الاول

على هذا الاعتراض أن هناك  
فرقا كبيرا بين هذا المشي  
وذاك • ان المشي الذي نريده  
هو ليس أيضا ذلك السير  
البطيء الذي تقطعين بمعدله  
ثلاثة كيلومترات في الساعة

لا شك في أن البعض  
سيعترض بأن هذه الرياضة  
لا فائدة منها بدليل أن معظم  
اليوم تقضيه في المشي سواء  
كنا في المنزل أو في المصنع  
أو في المكتب • وجوابنا

# مجلات ناعية

بمبادرة الكونغرس الدولي للرياضة

★

تقدم أصنافاً رائعة عالمية  
من أصناف الفساتين والبلوزات والثياب  
• حراير وسواريات وكسترات  
• ملابس داخلية للسيدات  
• والجوارب النايلون والخمردوات  
• لوازم لجهازات الصرايين  
• رياضات • مفروشات • هجار • بطاطين

أسعارنا سر بخا حنا







## خبرني يادكتور..

ماذا تعني بقولك مطهر مأمون ؟

إذا أردت استعمال المطهر في البيت استعمالاً عاماً ،  
فينبغي أن يكون له قدمة كبيرة للقضاء على الجراثيم ،  
وأن يكون كذلك لطيفاً على الأنسجة ولا يبلوث  
الملابس أو الجلد . وديتول يحقق هذا كله .  
ويعتمد عليه ، لذلك يمكن استعماله لصغار الأطفال .

## ديتول المطهر العصري

## الرومانيزم عرف النساء

في أملاك القلوس من عذاب الرومانيزم  
والألام التي تشبه سرباً بواسطة لوزة  
الكوكس المسببة ... انه فعولها النافع  
يشبه برا صديقة دائمة توضع فوق المطام  
المزج . ان أنها توقف الامتنان  
وتسبب رما اضافيا الى مطام الألم  
وتحدث تأثير التدليك اللطيف ...  
كل ذلك بدوره انه تدخل في عملك  
اليومي أو نعطد .

توجه جميع الصيدليات  
ومخارنك الادوية



**الكوكس**  
اللزقة الأمريكية الأصلية  
تؤدي عملها  
أثناء تأديتك عملك



الجسم وتعيد اليه ما فقده  
من حيوية . ولا مانع من  
زيادة تلك السرعة قليلا .

لتحتفظي بقدميك بنعومتها  
مارسي هذه التمرينات  
٢٠ مرة صباحا بعد  
الاستيقاظ من النوم و ٢٠  
مرة مساء مع الاحتفاظ  
بالساقين أفقيين وسندهما  
على اليدين .

١ - اثني أصابع القدم  
الى الخلف الى أبعد ما  
تستطيعين .

٢ - ضمي أصابع القدم  
الان مع ثنيها الى الامام .

٣ - اشددي قدميك جيدا  
واثني أصابعهما الى الخلف

٤ - احتفظي بقدميك  
مشدودتين وضمي أصابعك  
بقوة .

والثاني على أن تستريحى  
خمس دقائق بعد كل كيلو  
متر واحد . أما فى اليوم  
الثالث ففي امكانك المشى  
سبعة كيلو مترات . وفى  
اليومين الرابع والخامس  
يمكنك أن تمشى ثمانية كيلو  
مترات وفى اليوم السادس  
٩ كيلو مترات والسابع  
عشرة كيلومتر مع الحرص  
على الراحة بعد كل كيلومتر  
واحد .

بعد هذا التمرين يمكنك  
المشى ساعة أو ساعة ونصف  
كل صباح ومثلها بعد الظهر  
على أن يتخلل تمرين الصباح  
ثلاثة استراحات كل  
استراحة عشر دقائق .

حاولي أن تسيرى بسرعة  
سبعة كيلومترات فى الساعة  
فان هذه السرعة تنشيط

## نصائح مفيدة

هل تريدن ياسيديتى الاحتفاظ بجمال قدميك ؟  
اتبعي اذن هذه النصائح :  
♦ لا تشتري أحذية ضيقة فانها فضلا عن انها مؤلمة  
لقدميك فانها تشوه شكلها .

متفرقات فى الحكم والنصائح حسب الحروف الابجدية

- ♦ طوبى لمن يحب الفضيلة ويكره الرذيلة
- ♦ ظلم اليتامى مفتاح الفقر
- ♦ عالم بلا ورع كأرض بلا نبات
- ♦ غاية الادب أن يستحي الانسان
- ♦ فخر الام وزينتها حسن تربية أولادها
- ♦ قابل الناس بالبشاشة ولو أبغضوك أو أغضبوك
- ♦ كتمان السر يورث السلامة وأفشاؤه يورث الندامة
- ♦ لا ايمان لمن لا أمانة له ولا وعد لمن لا وفاء له ولا دين  
لن لا عهد له

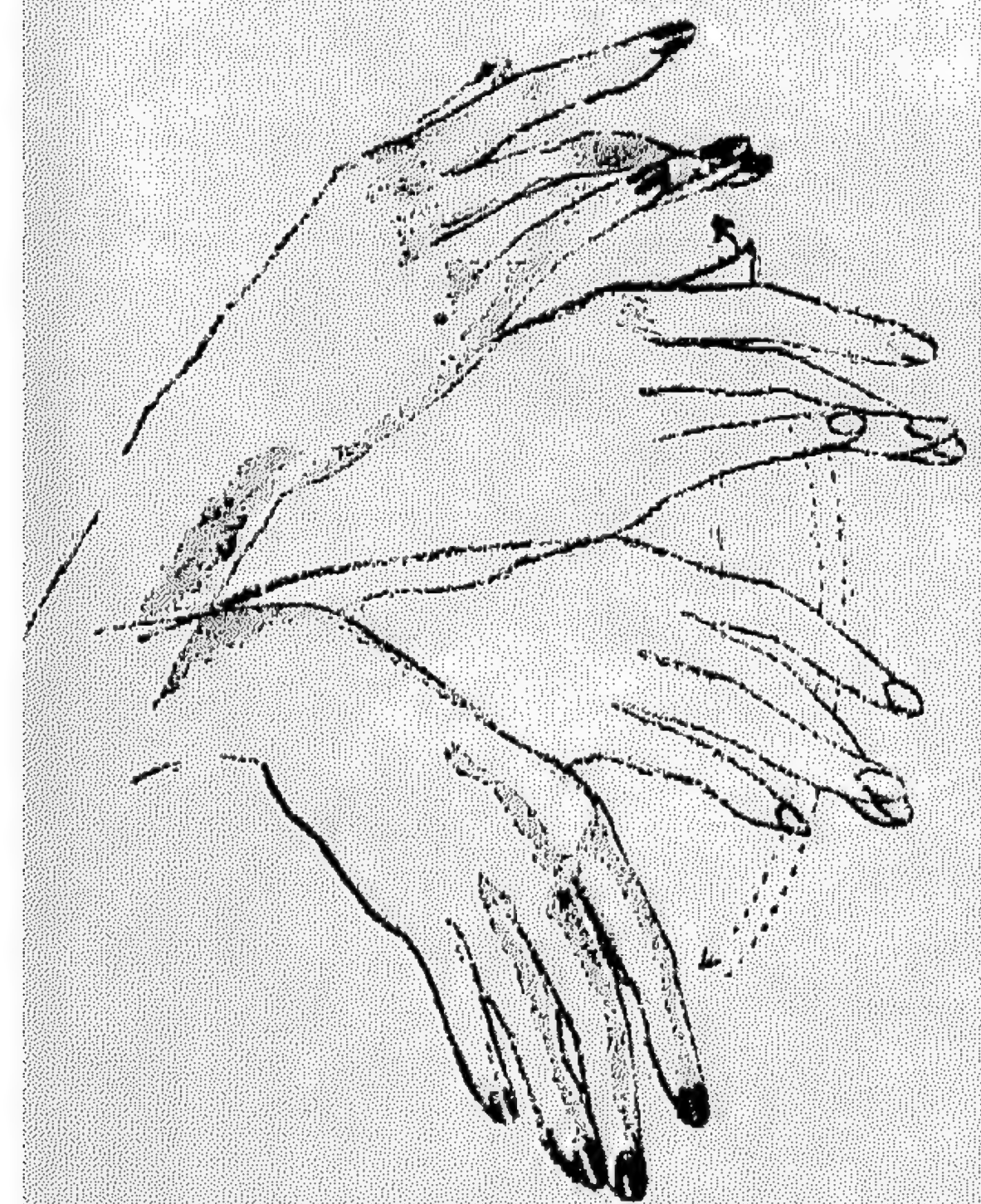
- ♦ مت طالبا للعلم بدلا من أن تعيش قانعا بالجهل
- ♦ نحن محتاجون لكثير من العلم وانما احتياجنا الى  
الاخلاق أكثر

- ♦ هلك من اغتر بنفسه وسطا على أبناء جنسه
- ♦ وكل شيء يرخص اذا كثر الا الادب فاذا كثر غلا
- ♦ يوم واحد عند الله أفضل من ألف سنة فى الحياة





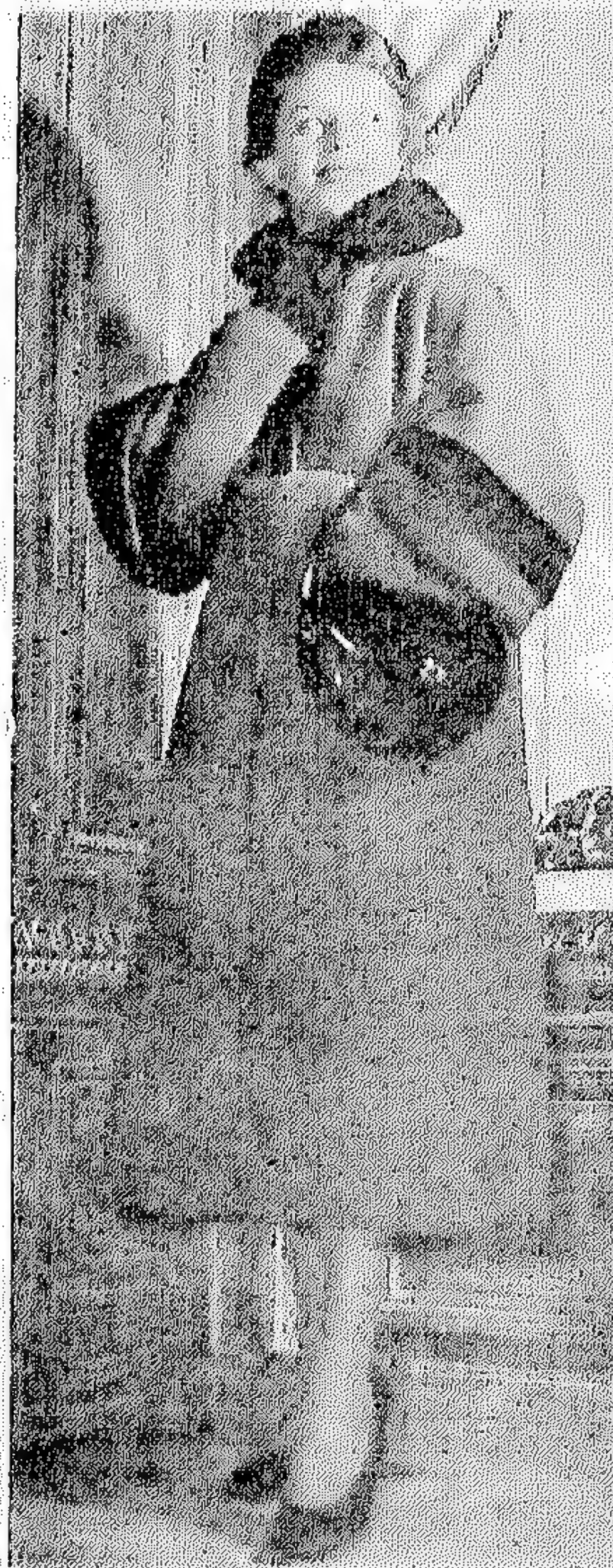
# يدك وأصابعك



هزى اليد بارتقاء على أن  
يكون اهتزازها فى حركات  
سريعة مركزها المعصم وذلك  
لإزالة كل تصلب يكون بها  
ثم أريحى المعصم وابدئى  
بتنشيط الدورة الدموية بها  
تنشيطاً خفيفاً .



علاج للإيدي الحمراء :  
اعملى لهما مساجاً  
بتدليكهما بادية من أطراف  
الأصابع ومتجهة إلى  
المعصمين على أن تزيدي  
الضغط فوق العقل والكف



تفصيل  
فساتين  
تايرلاند  
بلاطى

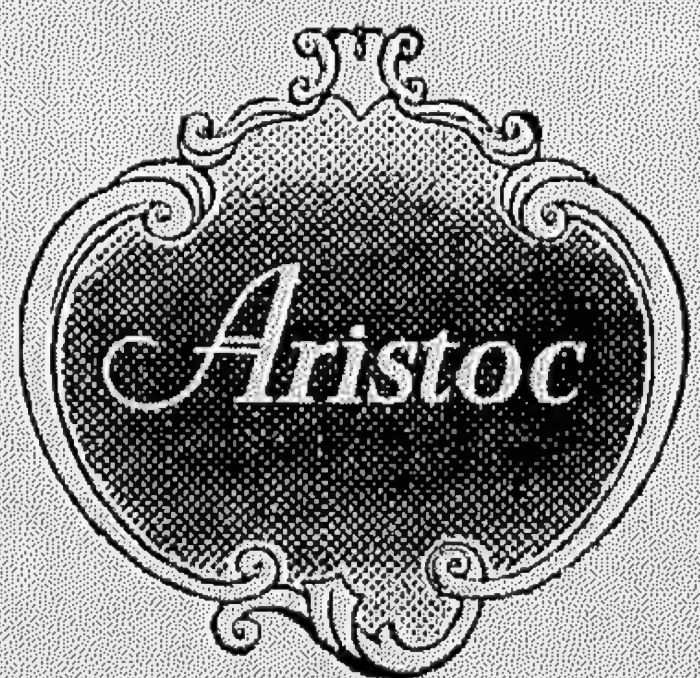


باترفات تفصيل  
قص وسراويل  
★  
قسم خاص لتقليم التفصيل

## السيقان تبدو أروع جمالاً... بجوارب النيلون ارستوك

خفيفة كالنسيم... وخفيفة على الجيب أيضاً .  
حقاً ان جوارب النيلون ارستوك ذات قيمة  
عظيمة ! وهى من ألوان جميلة تفتن النظر  
ونلائم كل ذوق وكل رداء . ولا عجب ان  
تكون جوارب ارستوك مفضلة لدى السيدات  
الحبيرات فى اختيار الجوارب فان ارستوك  
اخصائيون... لا يصنعون سوى الجوارب الفاخرة .

## ارستوك

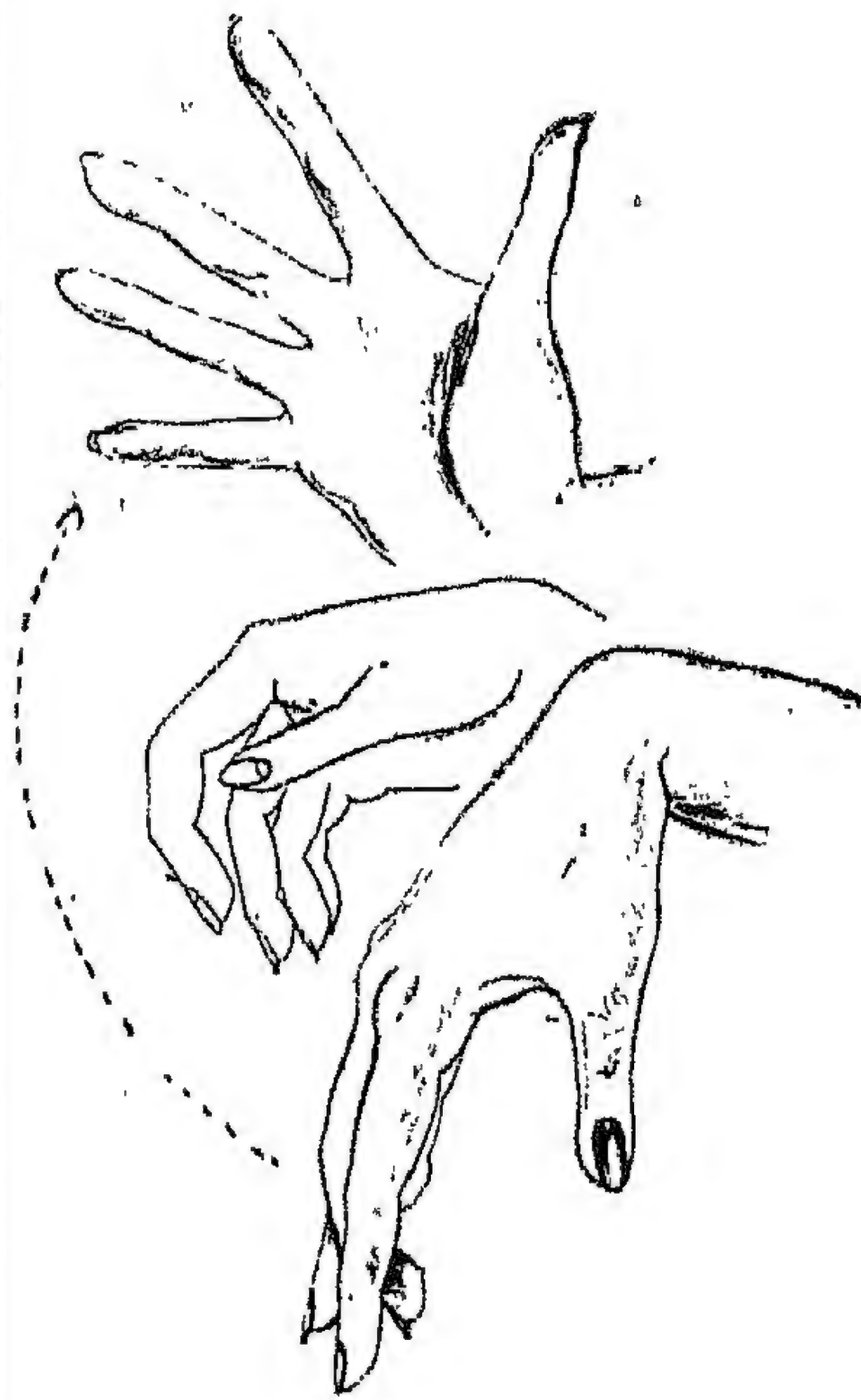


الجوارب الأرستقراطية

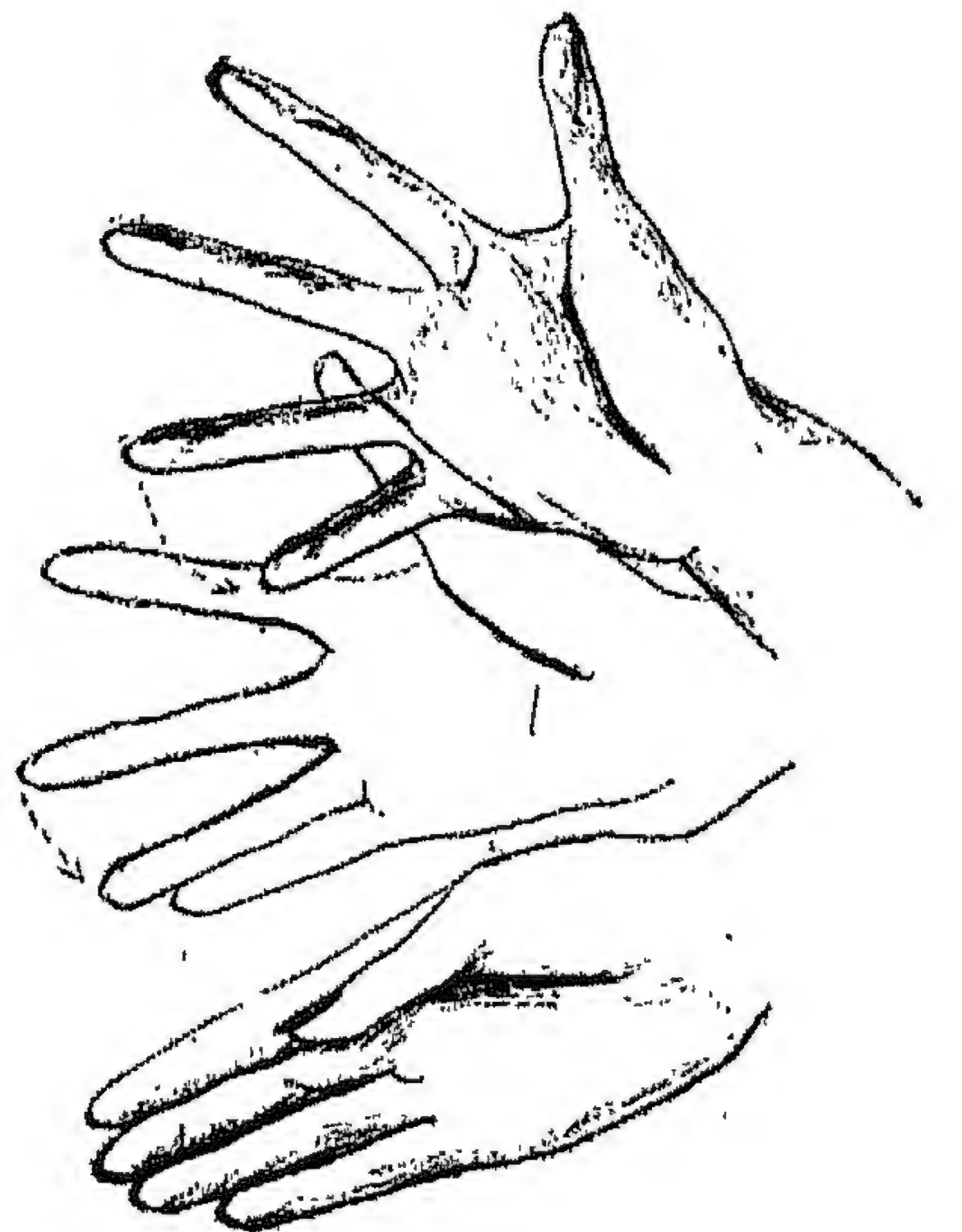




لتليين حركة كل اصبع  
اجذبي الاصبع الى الخلف ثم  
اتركيه فجأة مع هز اليد من  
المعصم \*



ابدئي بيدك مفتوحة  
وأصابعك مبتعدة عن بعضها  
الى أقصى ما يمكن ثم ابدئي  
بضم أصابعك بادرة بضم  
أصبعين هما الخنصر والبنصر  
ثم ضمي اليهما بعد ذلك  
الاصبع الوسطي ثم السبابة  
ثم الابهام وذلك لجعل  
الاصابع مرنة \*



أريحي الكوع على المائدة  
مع جعل يدك مرتخية عليها  
ثم ارفعي يدك ببطء ثم اجعلي  
الاصابع تنتصب الى أعلى  
وبعضها ثم ارخيها مرة أخرى  
وهكذا فتحصلين بذلك على  
يد مرنة حسنة المنظر \*



إلى المعذبات في الأرض ..  
إلى المحطّات بالأم للحياة ..  
إلى داميات الأعين ...  
... ودامعات القلوب ..

الطريق إلى السعادة في

**قطر الندى**

أضجع دمعك أنور وهدى

في شاريك \* اسماعيلين

سراج منير

ماليا

بيننا  
الكورسال بالقاهرة عيسى بالاكندرية





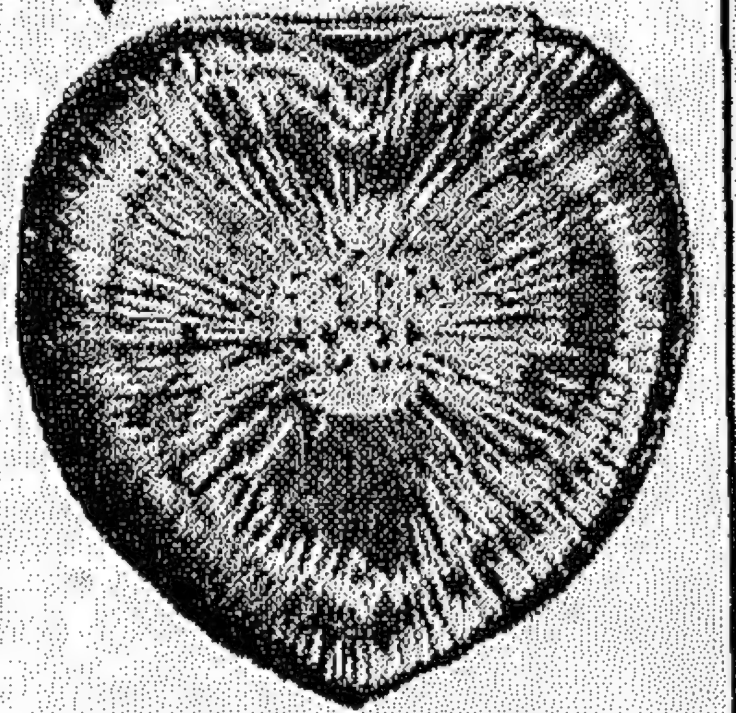
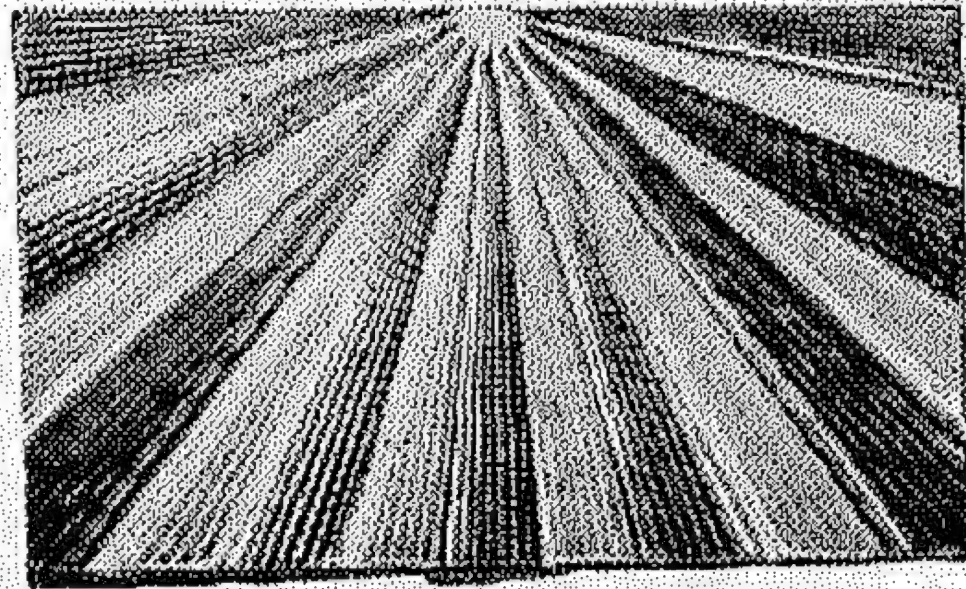
**بروفيل ١٩٥٢**

- إليك يا سيدتي ست نصائح تعملين بها ان أردت الحصول على بروفيل سنة ١٩٥٢
- ١ - يجب أن تتوخى البساطة وأن تعنى بشعرك  
فرشى شعرك وسرحيه وفق طابعك الخاص وشكل وجهك •• ضعى الروج على شفتيك ولا تضعى شيئا على خديك • البسى فى أذنيك حلقا وارتنى القبعة مع حصرها الى الوراء قليلا وجانبيا •
  - ٢ - يجب أن يكون العنق رقيقا وطويلا  
قومى بهذا التمرين البسيط • حركى رأسك حركات دائرية مع اتخاذ العمود الفقرى محورا • اخفضى رأسك وارفعيه الى أن تتكىء الجمجمة على أسفل الرقبة وبذلك تتفادين احديداب الظهر •
  - ٣ - يجب أن يكون الظهر مستقيما والصدر عاليا  
أحسن تمرين هو السباحة الحرة على الظهر فى الصيف، أما فى الشتاء وفى حالة عدم استطاعتك ممارسة هذه الرياضة عليك القيام بهذا التمرين كل صباح : لفى ذراعيك من الخلف الى الامام حول الكتفين وببسطه كمن يحاول السباحة •
  - ٤ - يجب أن يكون الخصر نحىلا والمعدة مسطحة  
قومى بهذا التمرين فى أى وقت تستطيعين خلال اليوم : استلقى على ظهرك وارفعى قدميك على اللوحة التى تكوين عليها ملابسك بحيث يكون أحد طرفيها مرتكزا على كرسى ارتفاعه ٣٠ أو ٣٥ سم • ادخلى معدتك وعقبى واحد •

**الهياكل الفخمة نستوردها لك**  
من أشهر مصانع العالم

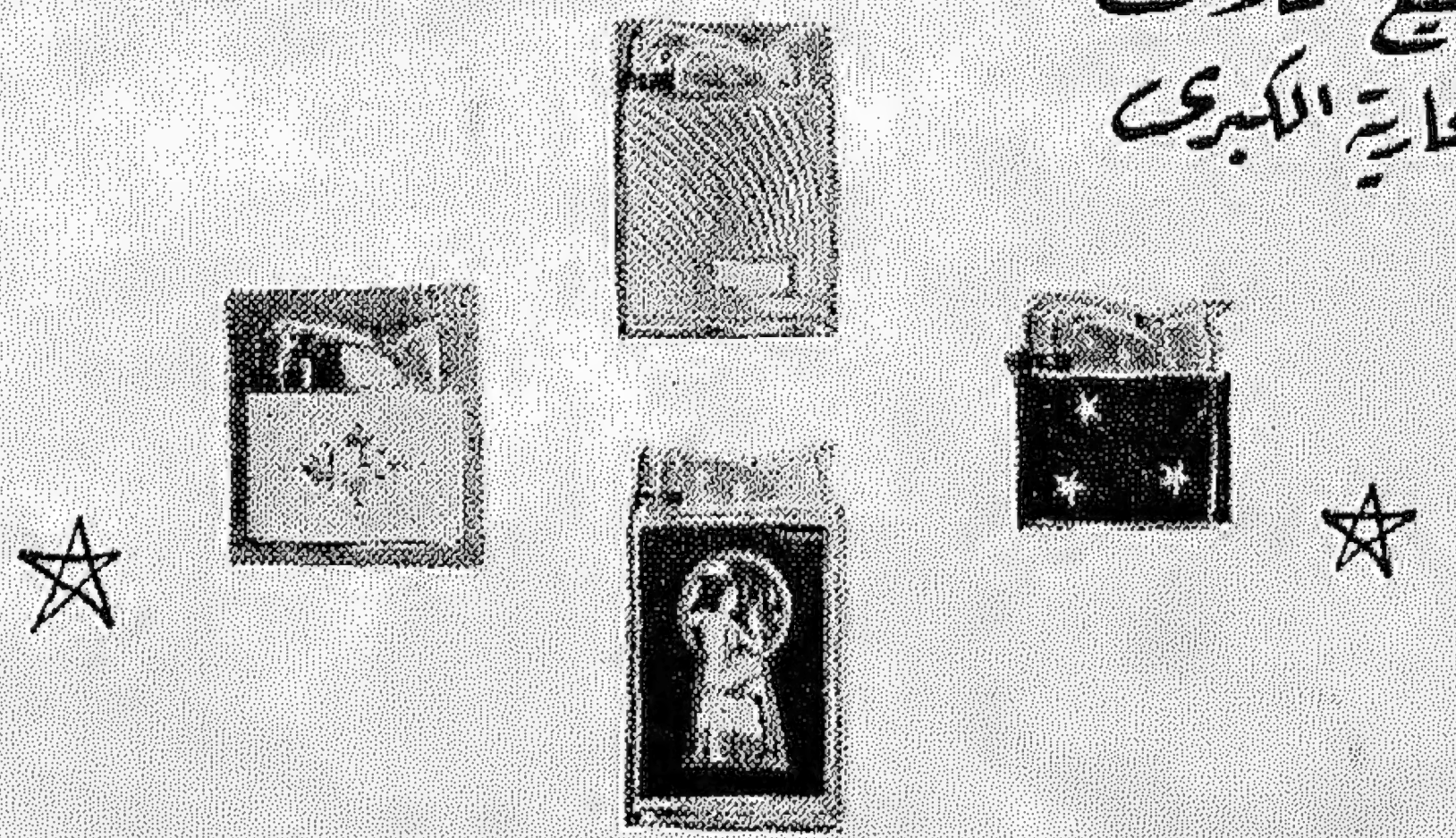


**أحدث الموديلات**  
**لعام ١٩٥٢**



**وتباع**

جميع المحلات  
التجارية الكبرى



**إيفانز Evans**

مجموعة متنوعة من النظم الواسية والولاعات  
المتنازة والبلاطات الانيقة وغيرها من الهدايا  
التي تملأكم بالبهجة والسرور

**شركة الجابري**

القاهرة : ١٥ شارع ابراهيم باشا ٤١١٥٩ سنة ٧٠٥٦٠  
الإسكندرية : ١٥ شارع سينرستيس ٢٧٦٨١ سنة ٤٠٩٤٥





# الجوارب النابيلون كايزر

## جوارب كاملة

انك لاشك ستجد من ين جوارب كايزر ما يناسب شكل ساقك  
وطولها . فان جوارب كايزر لانتف ولا تنحسر عن الساق  
فهي تلتصق به تماما . فضلا عن متانة كموسها .  
جوارب كايزر ذات الوان مختلفة تناسب كل بشرة

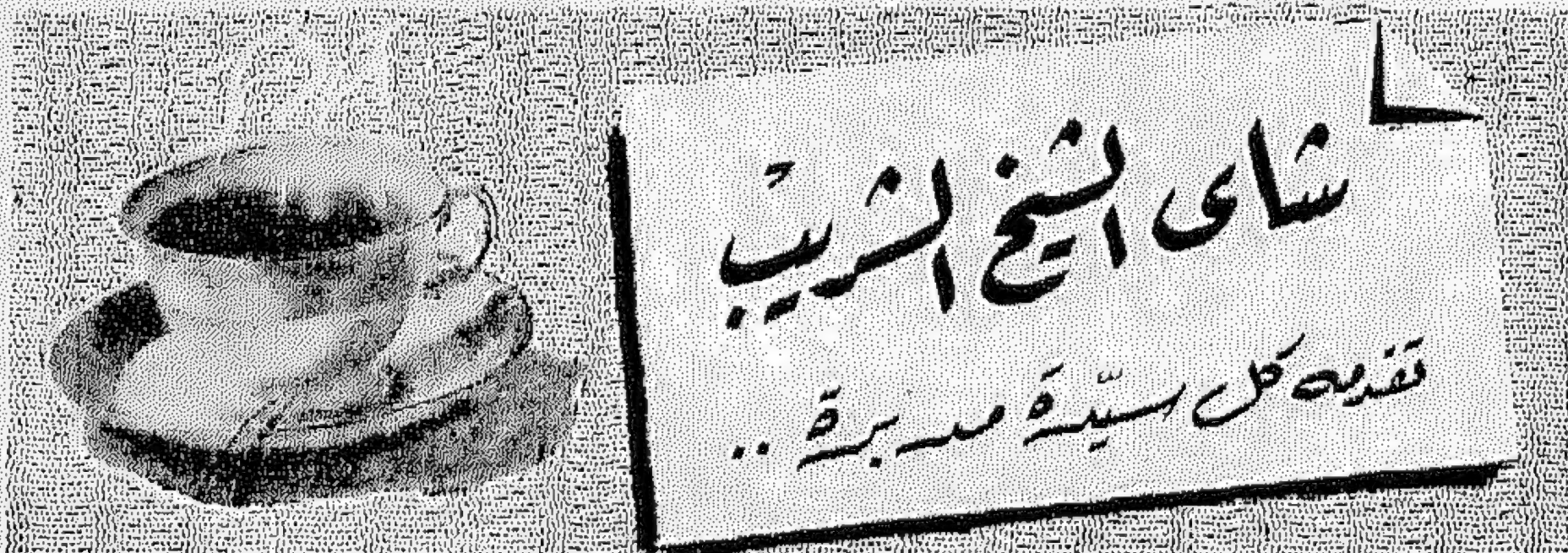
**KAYSER**

السيدة المدبرة لا تشتري

سوى بضائع كايزر

جوارب • قفازات • ملابس داخلية

شباب بمحلات  
شيكوريل  
هانج  
اوروزدي باك  
3E  
ن. ت. مصر ٧٨٦١



٤٩٦٦٨  
٤٠٦٨٤ } تليفون بنت النيل



تنفسي طبيعيا • اثنين • ادخلي معدتك أكثر واخرجيها •  
ثلاثة • ادخليها أكثر ما تستطيعين الى داخل • حاولي أن  
تظلي كذلك الى أن تصل الى عشرة • عودي حينئذ الى وضعك  
الطبيعي واستأنفي التمرين خمس مرات •  
٥ - يجب أن يكون الفخذان والردفان خاليين من الشوائب  
التي تظهر على البشرة

ان أردت علاجاً لذلك عليك بالامتناع بشاتا عن وضع الملح  
في طعامك عشرة أيام كل شهر • اشربي أيضا أكواباً مليئة  
بالماء في غير أوقات الطعام • تمددي كلما استطعت ذلك •  
لا ترهقي نفسك • لا تقومي بأي تمرينات رياضية دون  
استشارة الطبيب • قومي بتدليك نفسك أو اجعلي أحد  
الاخصائيات تقوم بتدليكك ، اقرصي بشرتك قرصاً خفيفاً •  
٦ - يجب أن تكون ساقك متسقة

مارسي الالعاب الرياضية الاتية : العدو، القفز، السباحة  
وان لم تستطعي ذلك قومي بعمل التمرين الاتي : أديري  
قدمك ذات اليمين وذات اليسار ، ثم أديري ساقك من  
اليمين الى اليسار على أن تكون الركبة محور الارتكاز •  
سيدي حول غرفتك عشر مرات وأنت على أطراف قدميك •





# شركة مِصْر للغزل والنسيج

مصانِعها بالمحلة الكبرى

تنسج

جميع أصناف المنسوجات  
للستيدات والرجال  
بها تشكيلة كبيرة من  
الرسومات الحديثة  
ذات الألوان الثابتة

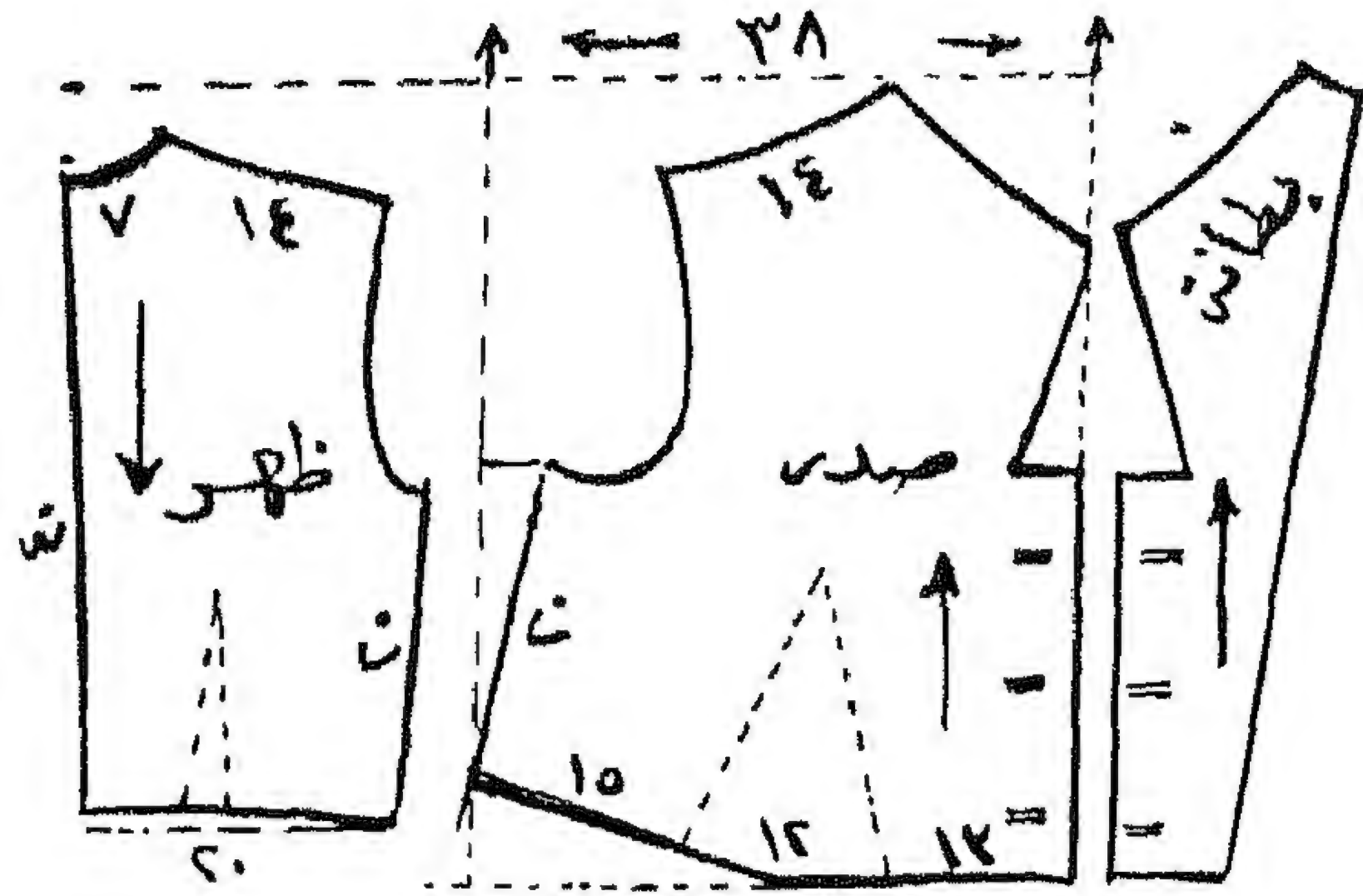
فامات  
دابولانات  
طبوعات صربي وهايلي



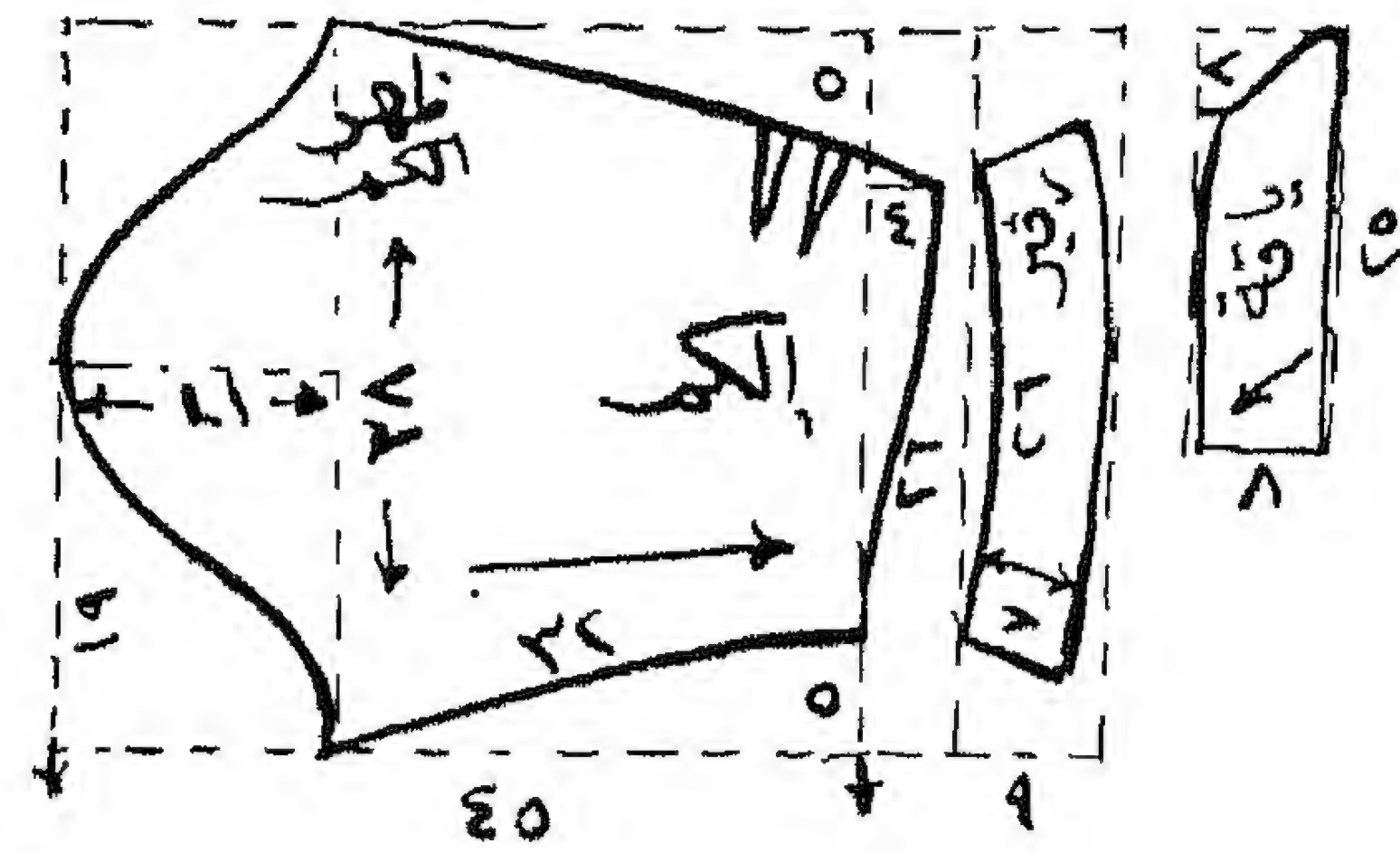
توجد في جميع المحلات التجارية



## كيف تصنع هذا الفستان بنفسك؟



أمامك رسم لفستان جميل للصباح من الصوف الخفيف  
مكلف بخياطات دقيقة على الماكينة • يمكنك صنع هذا  
الفستان بنفسك اذا اتبعت التعليمات التالية :



رسم يبين لمربع  
قص الباترون  
وكيفيته رسمها

## باترون الكورساج

١ - ابتدئي برسم قطع الباترون على الورق بحيث  
تكون مكبرة بنفس النسبة الموضحة على كل قطعة مستعينة  
بالسنتيمتر والمسطرة وبذلك تحصلين على باترون للفستان  
مقاس ٤٤ ( مقاس متوسط ) •

٢ - قصي قطع الباترون كلها وركبها مع بعضها حتى  
تتأكدى انها متطابقة من حيث الطول والوسع •

٣ - شبيكي قطع الباترون بالدبابيس على القماش مع  
مراعاة دغري القماش الذى يكون موازيا للسهم المرسوم على  
كل قطعة من الباترون • ان مترين ونصف متر من الصوف  
الذى عرضه ١٤٠ سم تكفى لهذا الفستان •

٤ - قصي داير الباترون مع ترك ٣ سم حول كل قطعة  
للخياطة •

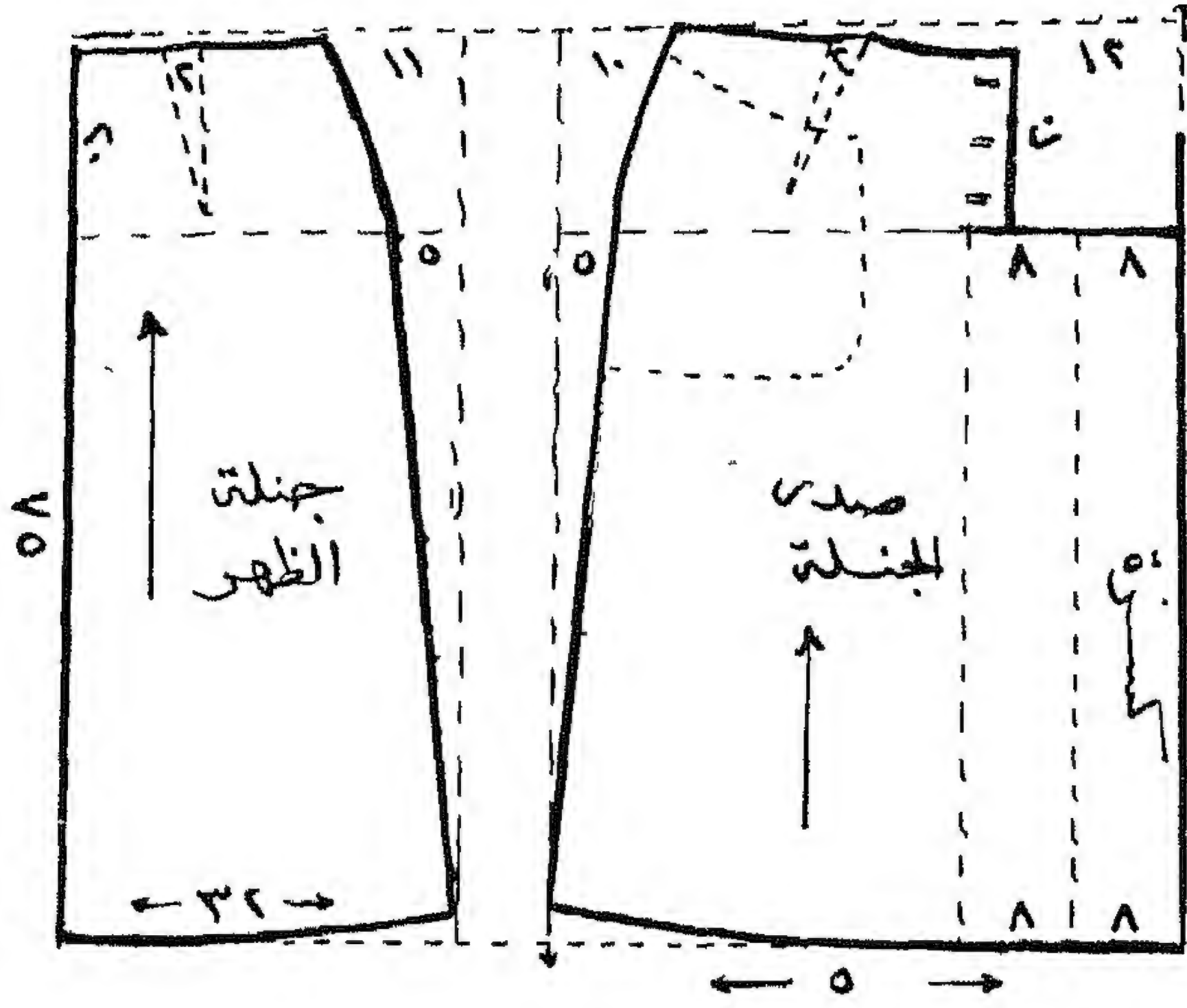
٥ - سرجي كل الفستان واعملى بروفه أولى قبل  
الخياطة •

٦ - ابتدئي بخياطة الجناح والكتاف ثم بطنى القلاب •  
حضري الياقة والكمام والجيوب قبل تركيبها •

٧ - نوصيك باستعمال المكواه وخرقة رطبة دائماً  
لتركيز الخياطات وان يكون الكى على ظهر القماش حتى لا  
يلمع •







## باترون الجونيةيلة

٨ - اذا أردت الحصول على هذا الباترون جاهزا توفيراً للوقت يمكنك الحصول عليه نظير تقديم الكوبون ومعه خمسة قروش قيمة التكاليف الى جونو - شارع محمد فريد رقم ١١٦ فوق بامكو القاهرة ت ٤٧١٥٧ وشارع سعد زغلول رقم ٣٦ فوق أركو بالاسكندرية ت ٢٠٧٨٩

**ملاحظة :** يجب عليك ياسيدتي أن تتوخى الدقة كل الدقة أثناء قصك لباترون هذا الفستان . انه كما ترين غاية في السهولة ونعتقد انك ان كنت قد اتبعت الدروس التي نشرناها تباعا في الاعداد السابقة من المجلة ستنجحين بلا شك في تفصيل وخياطة هذا الفستان الجميل .

ويهمنا أن ننبهك أيضا الى شيء آخر ألا وهو نظافة الخياطة . لا تقولى ان الخياطة الداخلية لن يراها أحد وانك فى حل من الاعتناء بها ، فالسيدة الانيقة هي التي تبذل عنايتها كاملة غير منقوصة ولا تترك شيئا الا وأتقنته .



## كوبون

نظير هذا يمكنك الحصول على باترون لهذا الفستان من جونو

# لافوكس



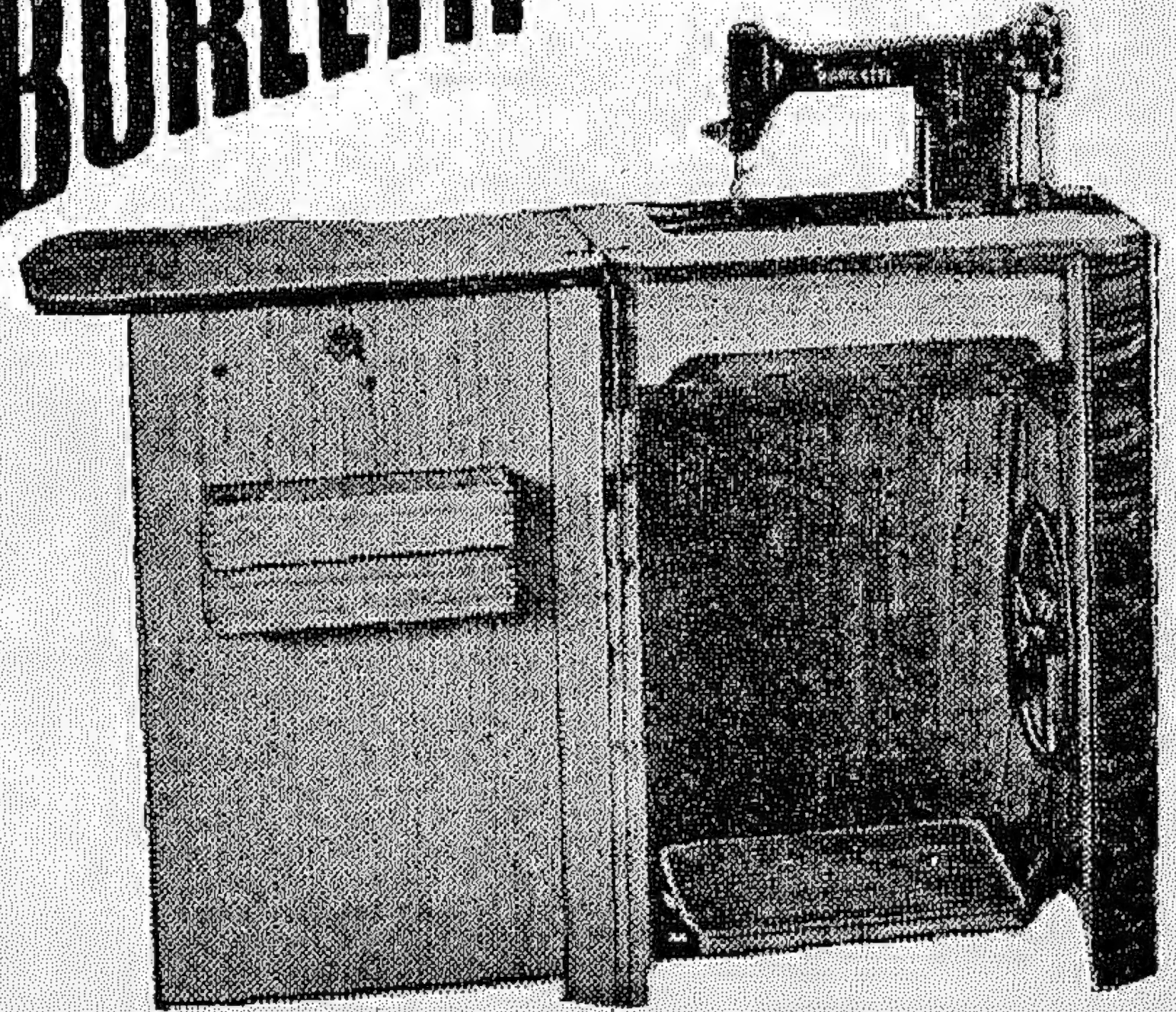
## أصغرها كينة في العالم لتشغل التريكو باليد

\*\*\*

ماكينة الخياطة  
التالية

# بورلتي

## BORLETTI



## تسهيلات في الدفع

تليفون ٤٤٢٠٦

تليفون ٢٩٨٠٧

تليفون ٨٥٨٧

تليفون ٣٠٩

تليفون ٧٣

تليفون ٥٢

القاهرة : ٨ شارع سليمان باشا

الاسكندرية : ٢٢ طريق سعد زغلول

بورسعيد : لازاريس للآلات الكاتبة

١٦ شارع محمد محمود

الاسماعيلية : لازاريس للآلات الكاتبة

شارع بوخارست

الزقازيق : عبد القادر حسن رشيدى

بلبيس : عبد الله جاد على

المحلة الكبرى : اولو اندريوتزى

٦٠٩٦٤٥

الشركة الشرقية للتجارة والصناعة  
مواد البناء - مياه الطبخ - المنوعات .. الخ





# شركة مصر للحريير الصناعي

مصانفها بكفر الدوار

مركزها الرئيسى : شارع محمد بك فزى - القاهرة

المؤسسة الوحيدة فى مصر والشرق  
لانتاج الحرير الصناعي

نقوم بصناعة الحرير الصناعي وشتقاته  
ومادة السيليلوز وشتقاتها وصناعة  
وتجارة المواد الكيماوية اللازمة  
لصناعة الحرير الصناعي وشتقاته  
تننتج

خيوط الحرير الصناعي - الألياف القصيرة  
الورق الثقاف "صروفان" - كبريتور الكربون  
صامض الكبريتيك - بلوفات الصودا المبلورة

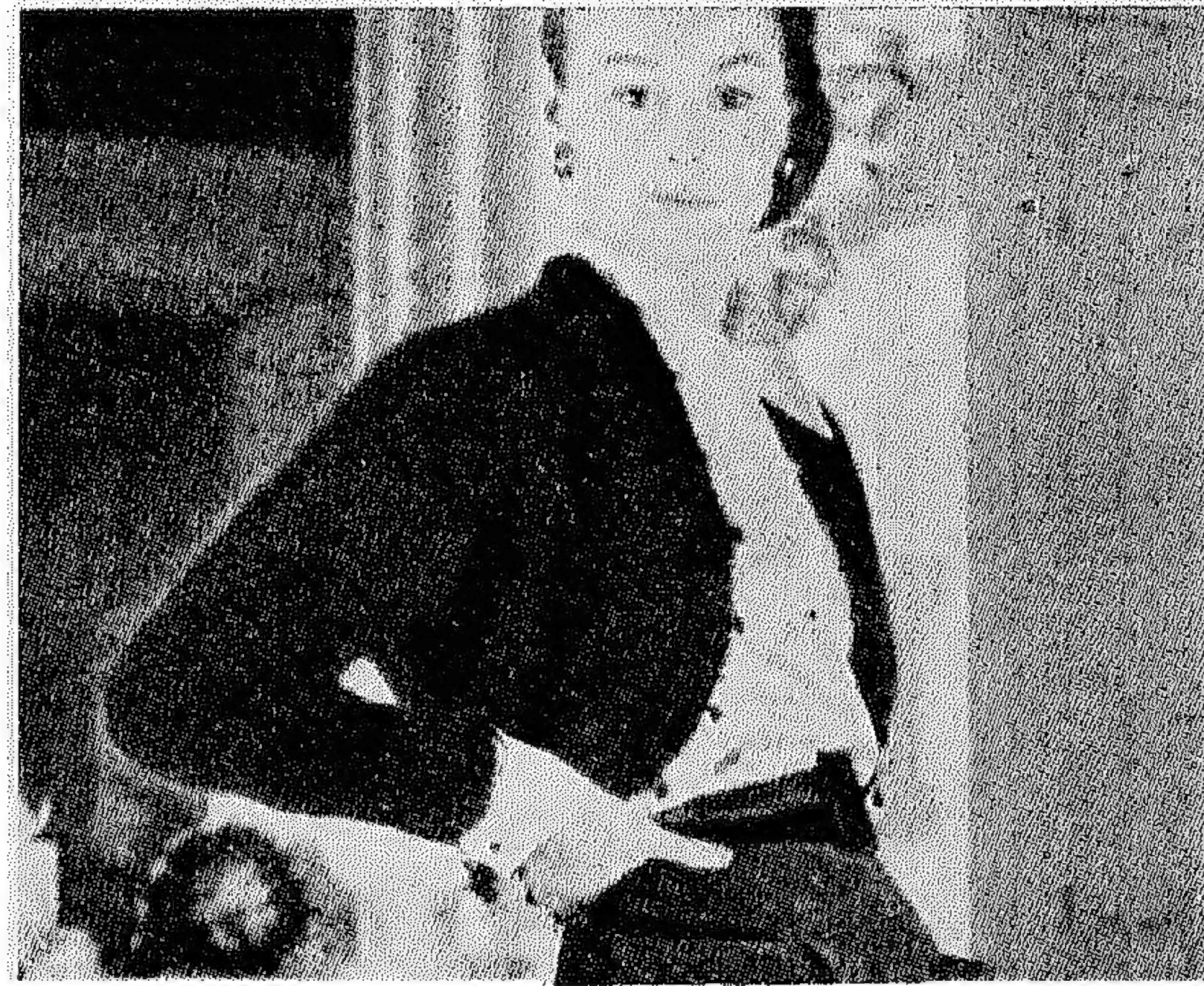


# اشعري بالدفئ

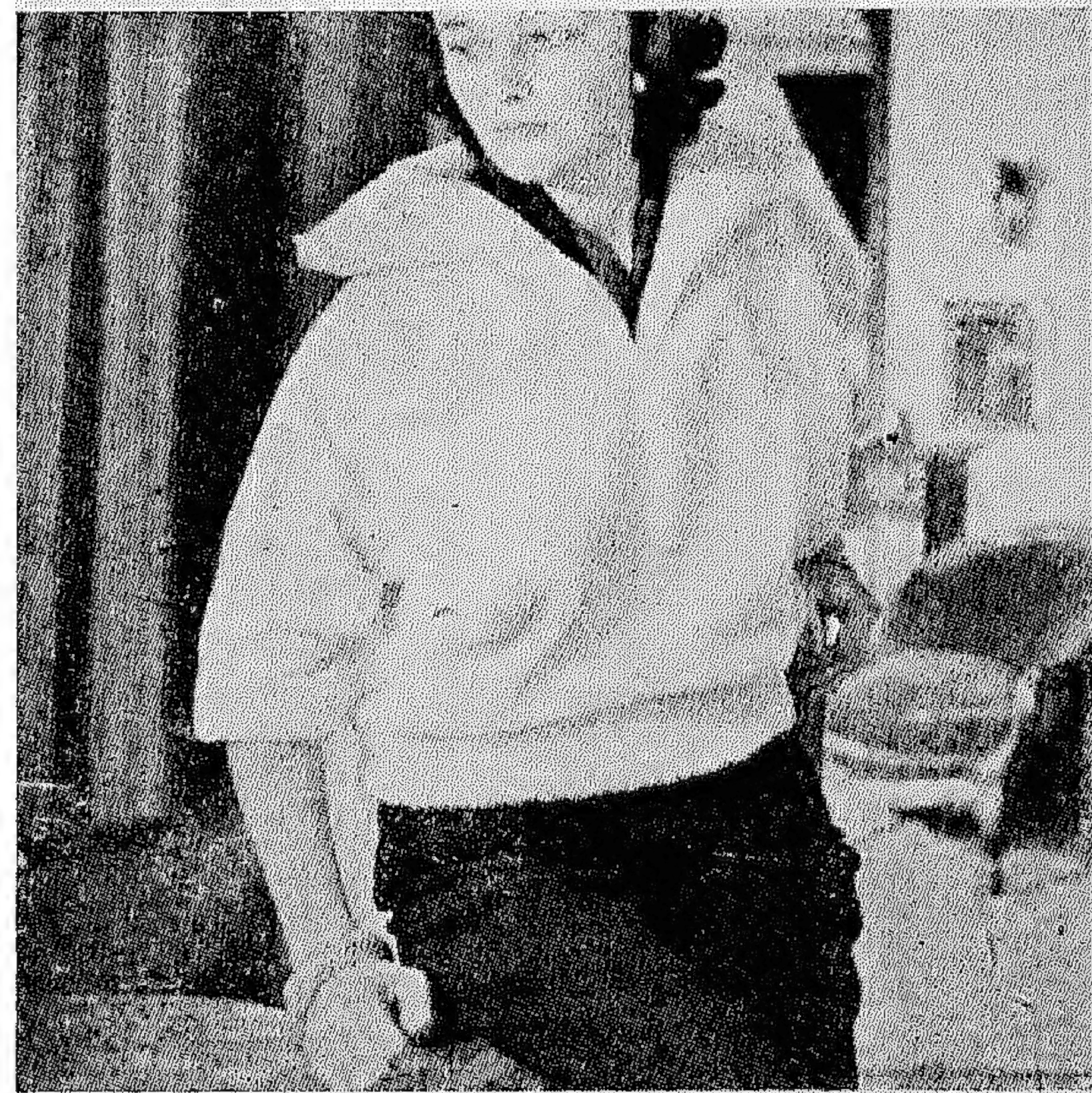
ايشارب سمميكة مربوطة حول الرقبة على روب دى شامبر من الصوف  
الاحمر . ابتكار جاك جريف



شال أنيق لبير بالمان



بوليرو من الصوف المقشر







روپ دی شامبر من الصوف الفاتح بياقة مبتكرة .





## وبرطويل

لسنا في حاجة يا سيدتي ولله الحمد الى مثل هذه المعاطف المصنوعة من  
الفراء ، انما راينا ان ننشرها على هاتين الصفحتين لنعطيك فكرة عما  
ترتيده السيدات في أوروبا حيث يشتد البرد وتنزل درجة الحرارة الى



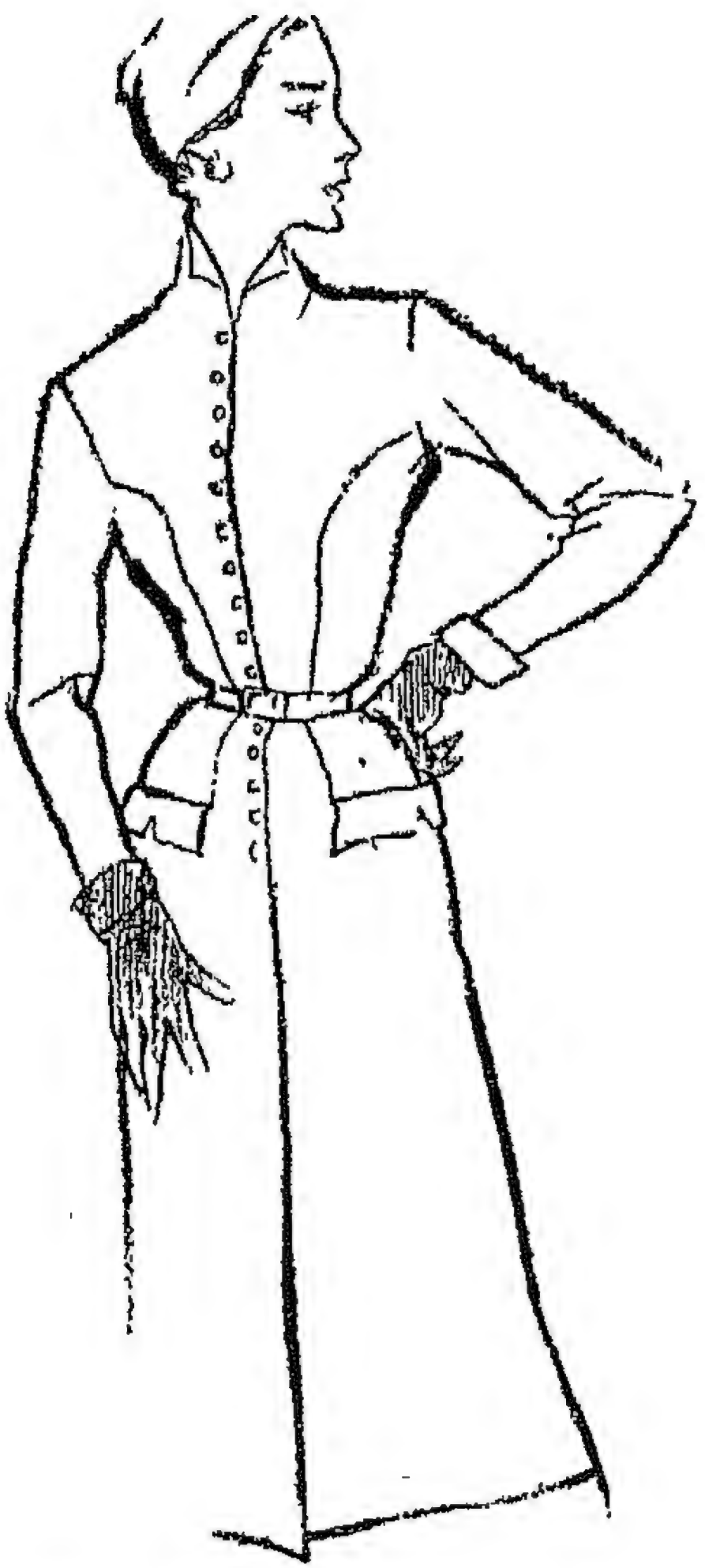


سبر و سبر

ما تحت الصفر فتحتاج السيدات هنالك الى أن يتدثرن بمثل هذه المعاطف  
انها جميلة ولا شك ولكنها مرتفعة الثمن لندرة الفراء الذي يدخل في  
تفصيلها ، وعلى أى حال فان جمال جو مصر يوفر علينا نحن مثل هذه  
المعاطف



# المرحى تحت الفسرد الفساح



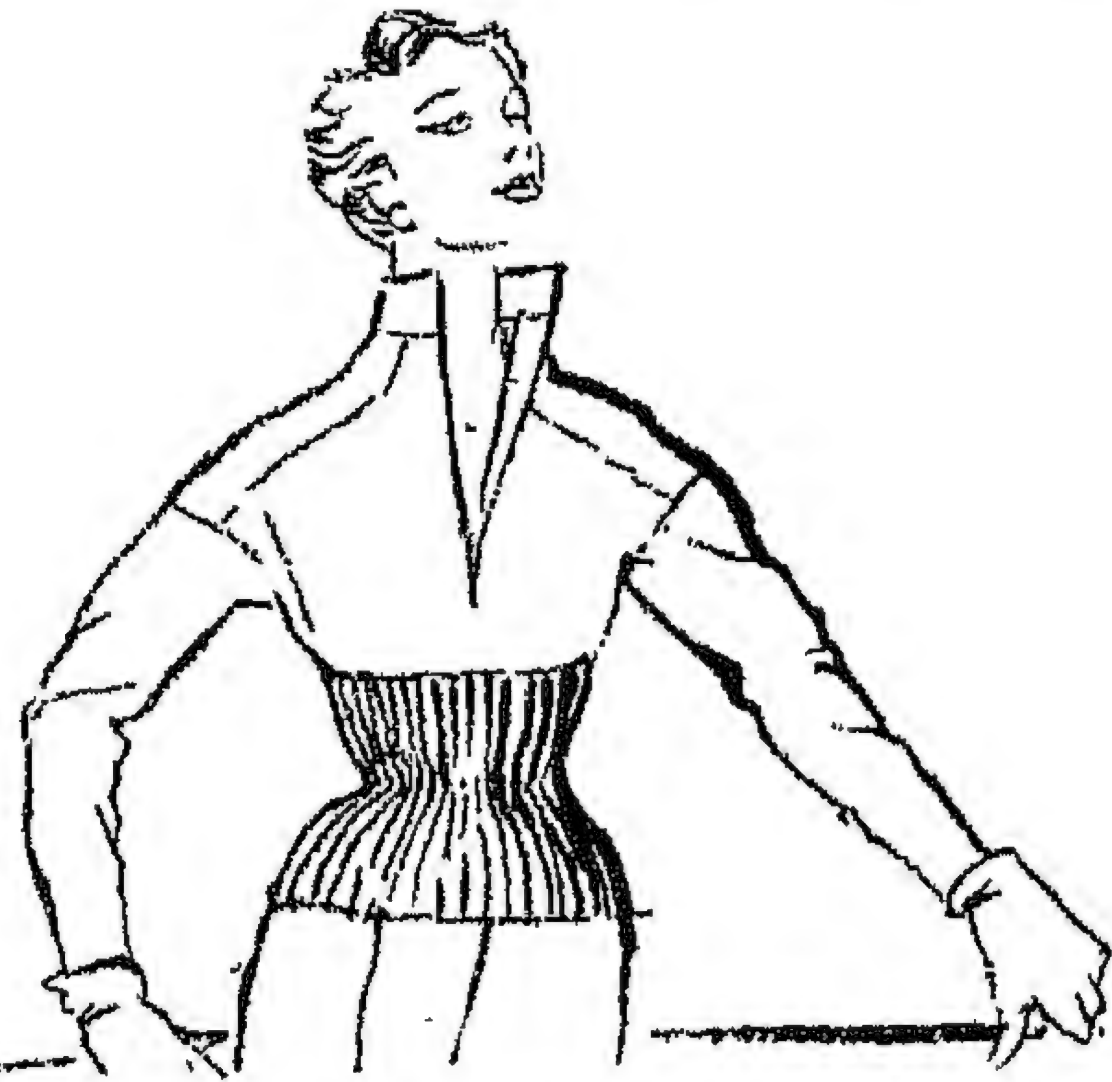
شارل موتى يقدم فستانا من الاوتومان  
المقفل بازرار صغيرة



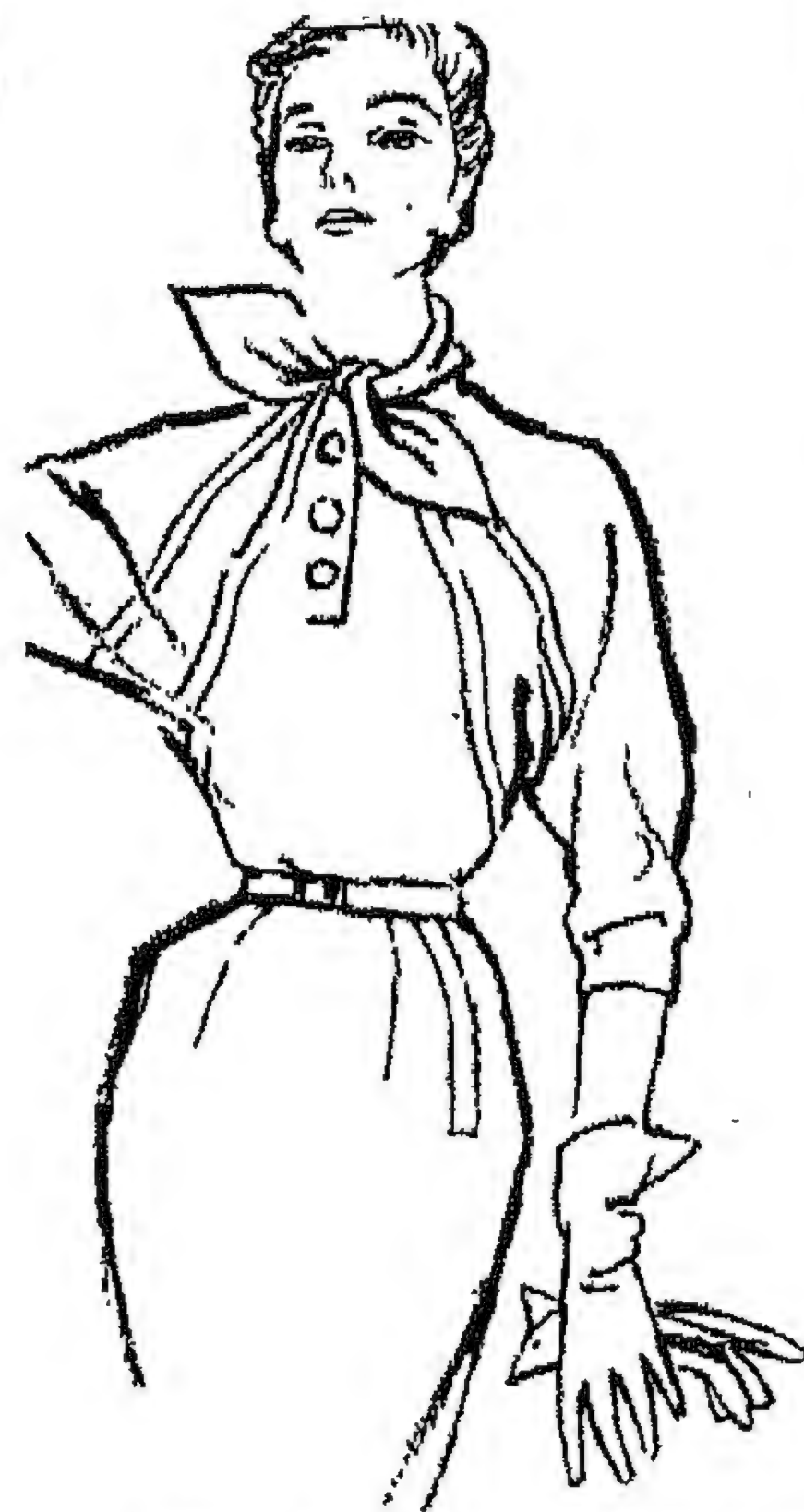
يقدم جان باتو ، كول ايشارب على فستان  
من القטיפه الكراميل



تقدم مادلين دى روش بوليرو دراييه  
من الصوف البنى على سويتر اسود



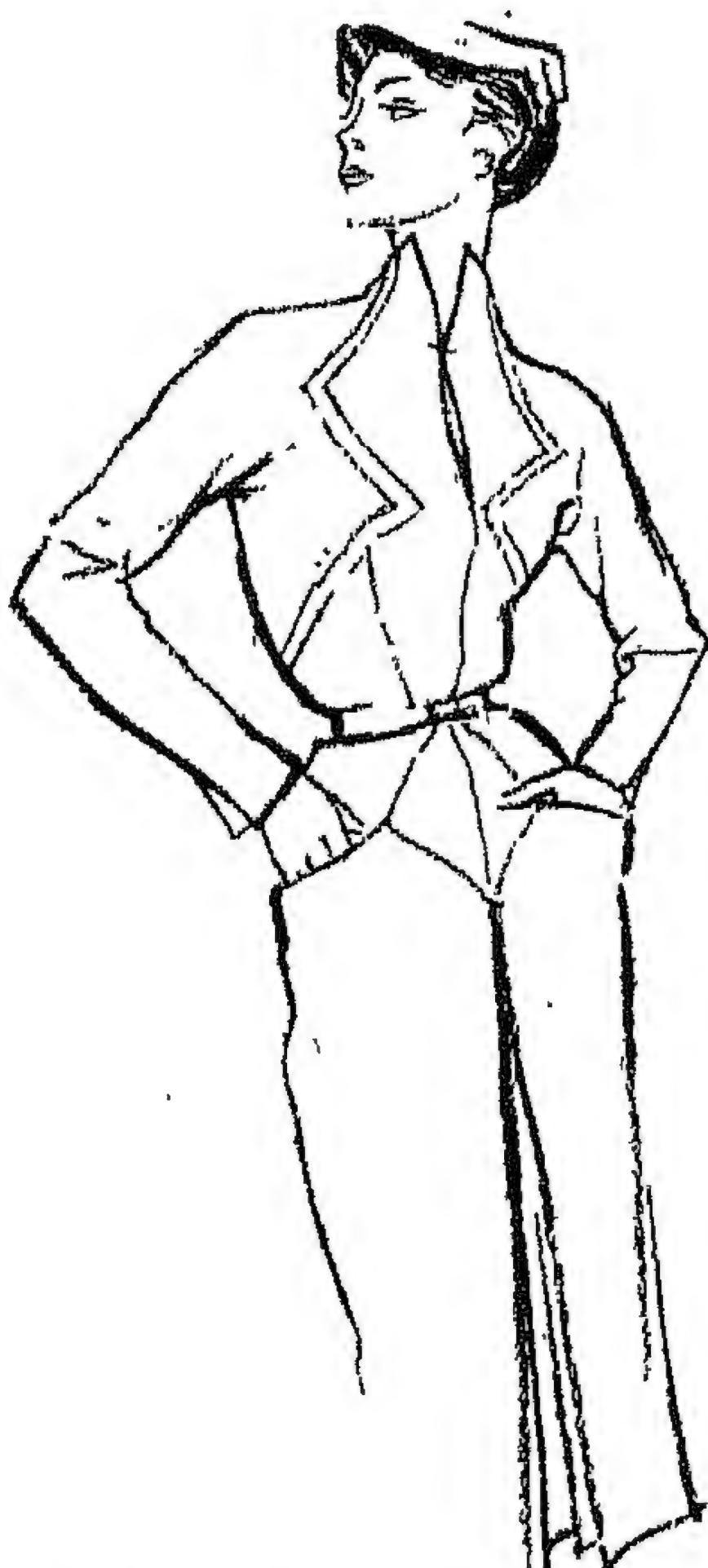
لكى يبدو الخصر عاليا ادخل برويسر  
التريكو على الجرسية



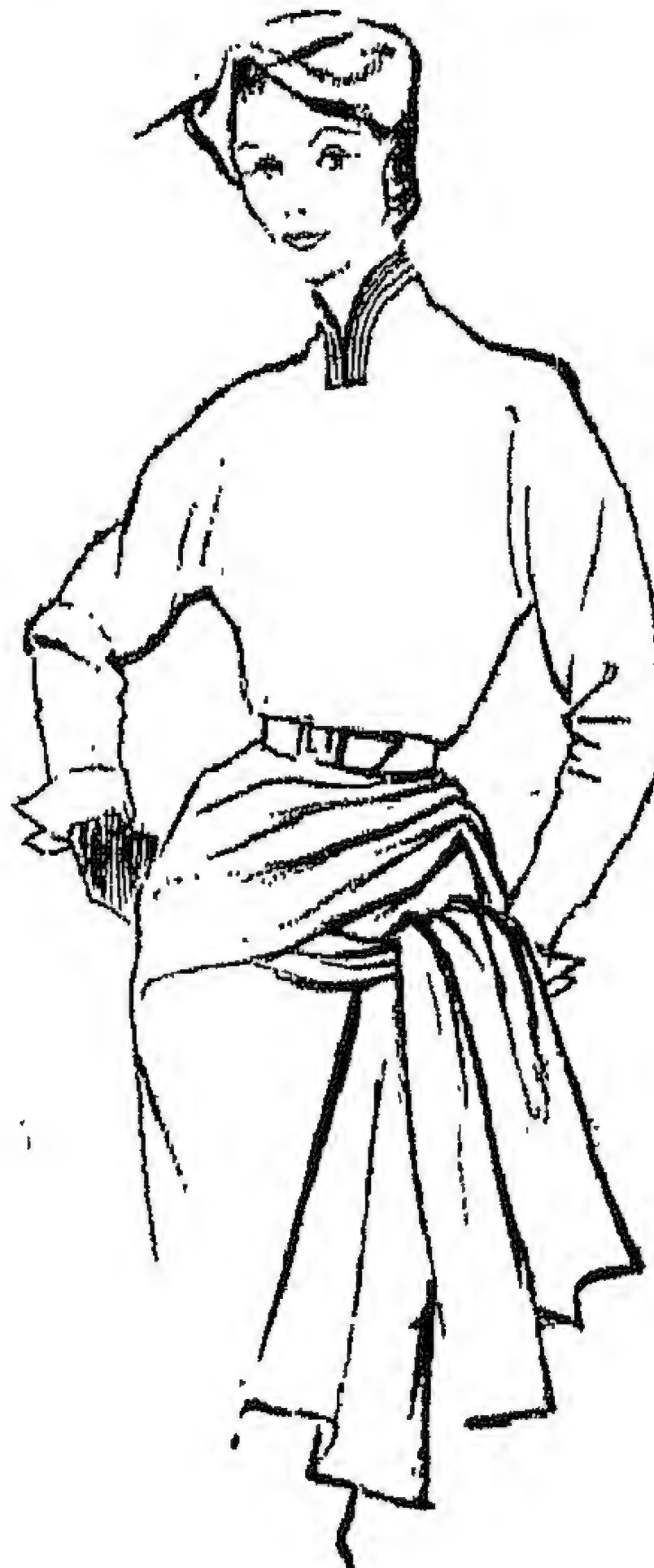
تقدم آمي لنكر ، هذه الكرافات  
المقودة حول العنق على هذا الثوب  
المصنوع من الصوف الرمادى



كورساج دراييه على هذا الثوب المصنوع  
من الصوف - تصميم فيرا يوريا



فستان من الجرسية. الاخضر بقصات  
مبتكرة . صنع كارفن



فستان من البوبلين الاسود محلى  
بكول جلاسيه ابيض - تصميم رفايل



ثوب من الجرسية الرمادى ابتكار  
بلمان ، الجوتيلة دراييه



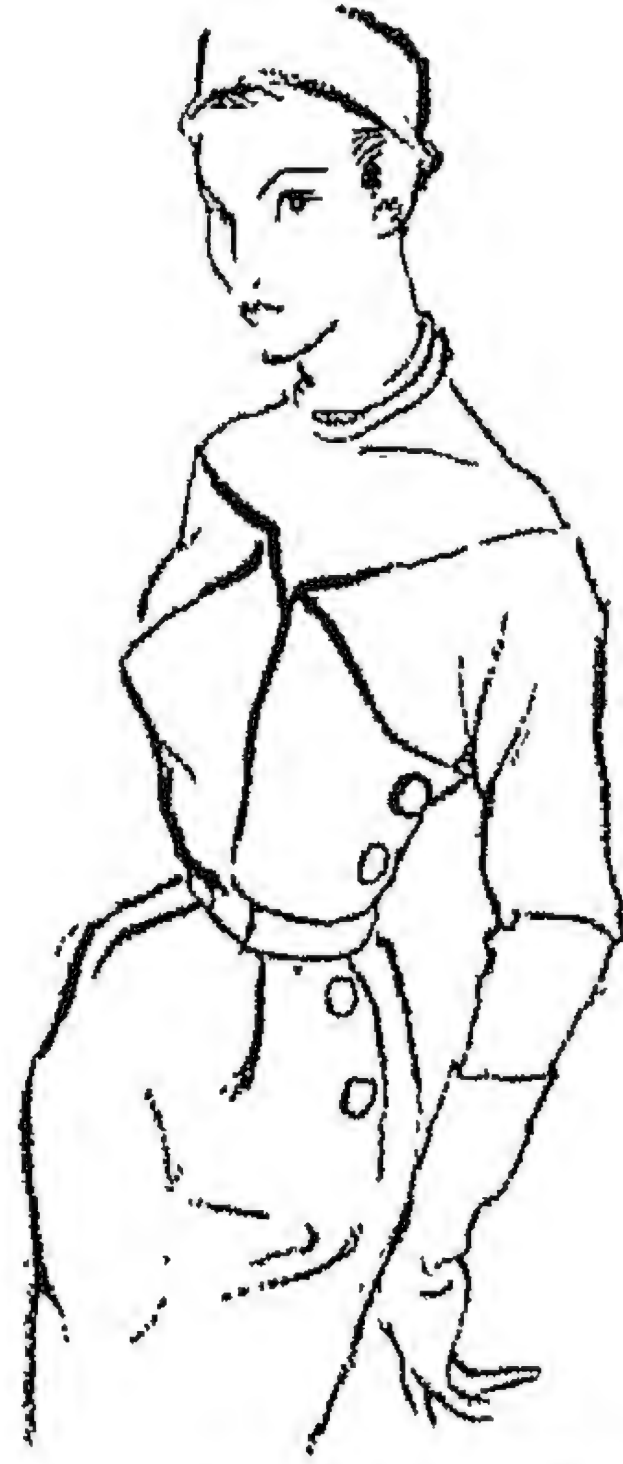
كورساج جميل بكشكشة خفيفة على  
الصدر مصنوع من القماش الرمادى



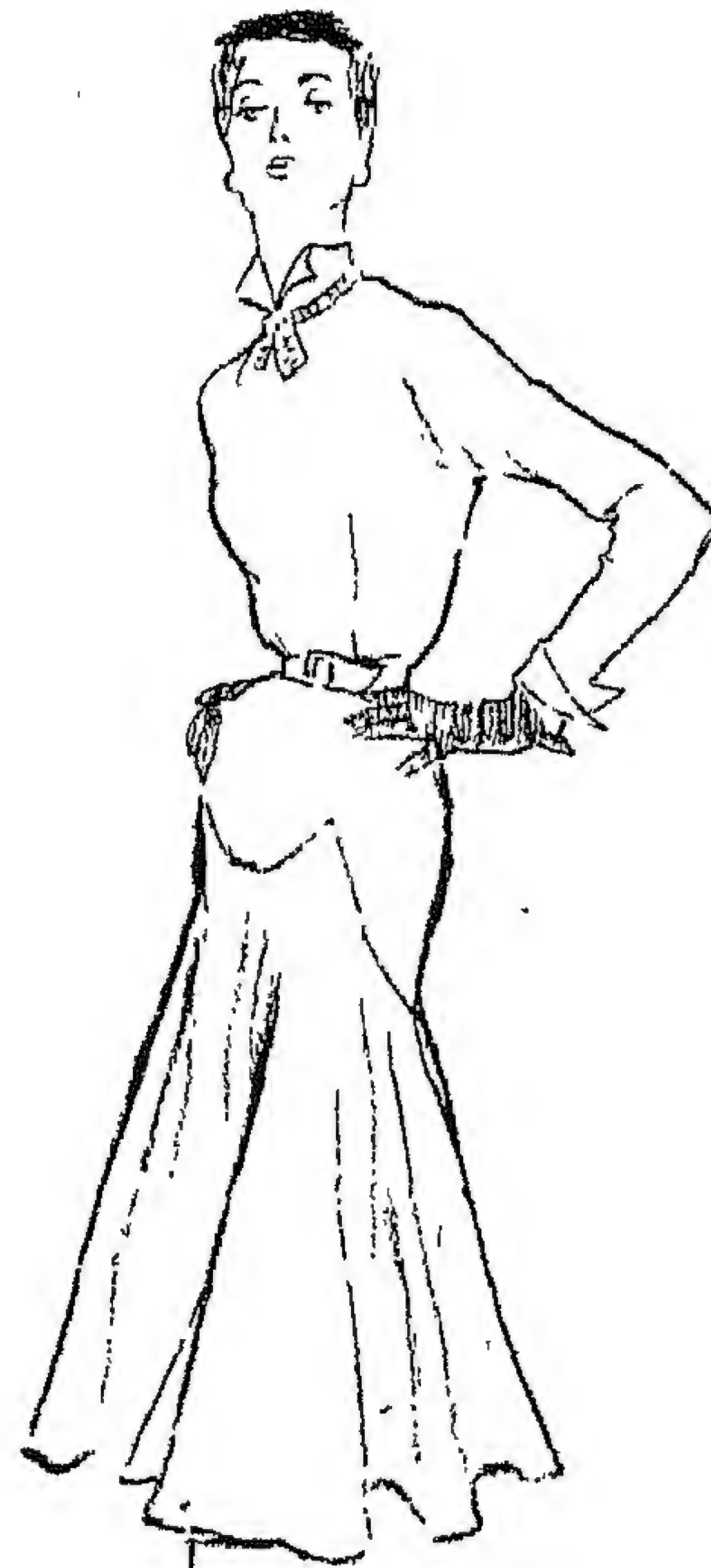
# المرتكبة تحت القصر والشام



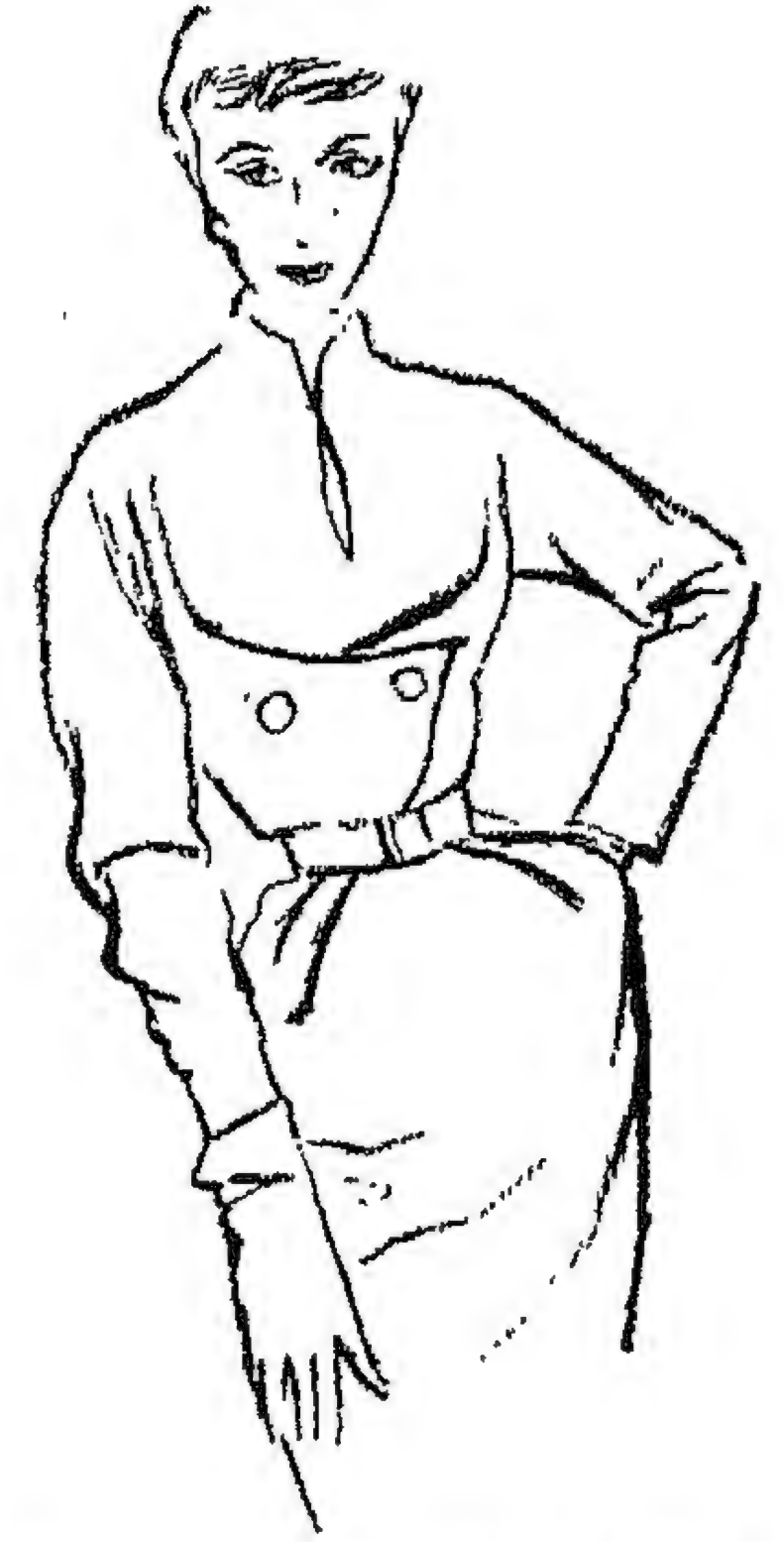
جونيبة فضيلة من اعلى ومثسفة من اسفل  
صنعهما مانجان من التافناه الاسود



ديكولتيه مفتوح على الكتفين . الثوب  
من اللاميه الاسود ابتكار ماجى روف



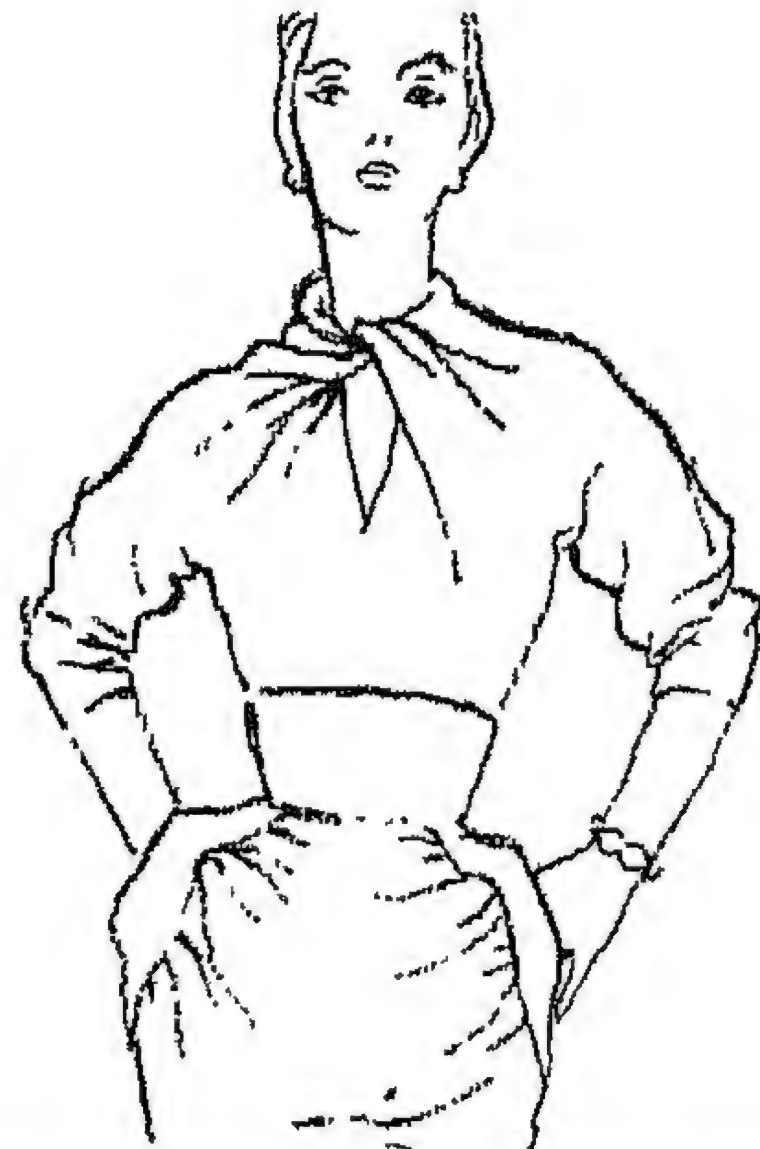
جونيبة متكررة من صنع مادلين فرامون  
الخاتمة الباريسية المعروفة



يقدم جاك هاتيم هذا الكورساج الكروازيه  
تحت الصدر المصنوع من الصوف  
الاسود



كول مقلوب بطرف مدبب من ابتكار  
جان لافورى وهو من الجرسية الاسود



يقدم جاك جريف هذه الياقة المرابيه  
والحزام الكورسليه على فستان من  
الجرسيه الاسود



بليسيه بيكسيه الى الازداف تقدمه  
جاكلين بريير على هذا الفستان المصنوع  
من الصوف الخفيف



فستان من الناي الاسود بجيب كيه  
ابتكار سكيابارللي

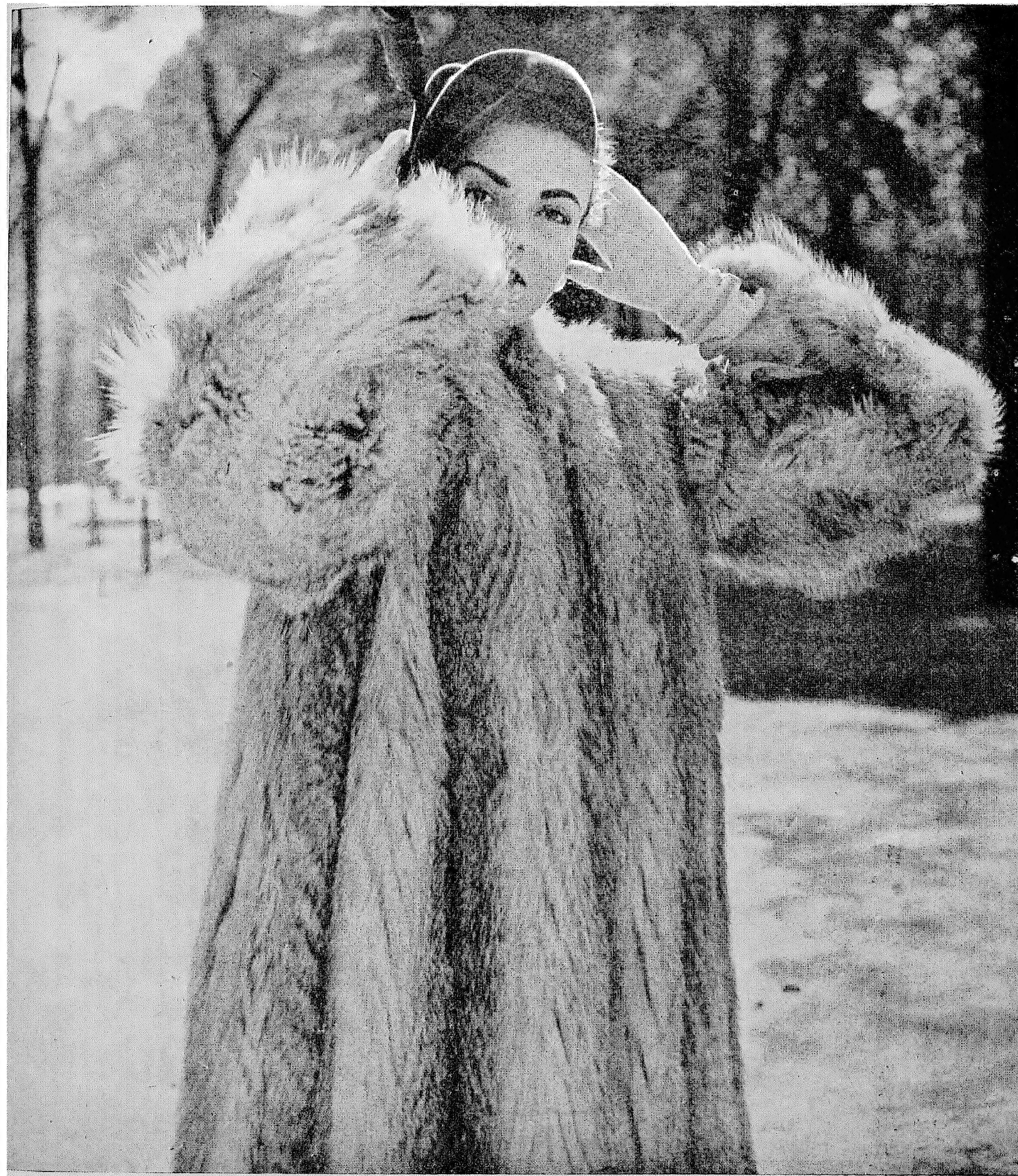


فستان من الجوخ الاسود مقلوب بدوائر  
غير كامله صنع لوكوت



فستان من الصوف الاسود بليسيه من  
اعلاه الى اسفله ابتكار لانغان كاستيلو







الانيس



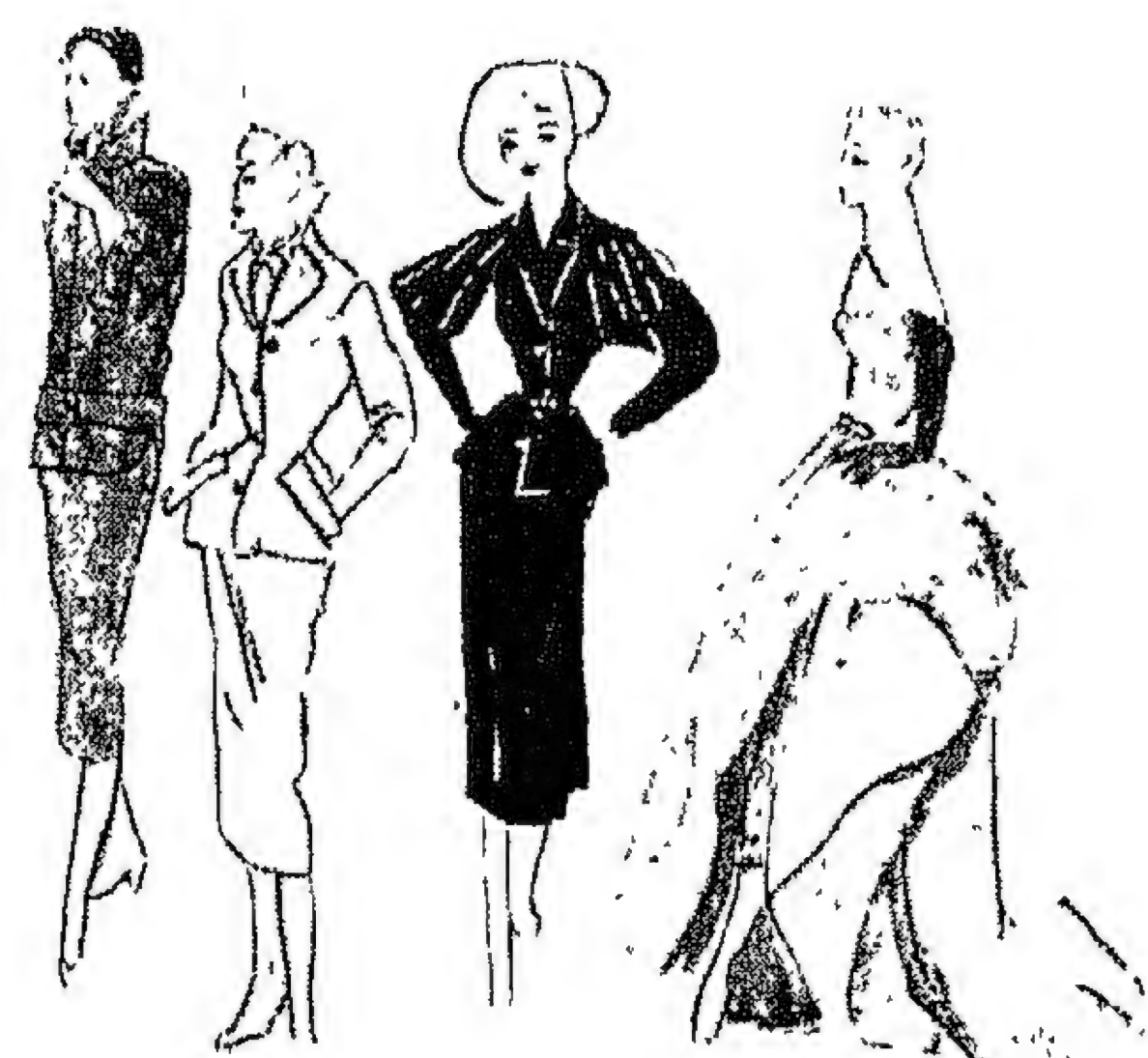
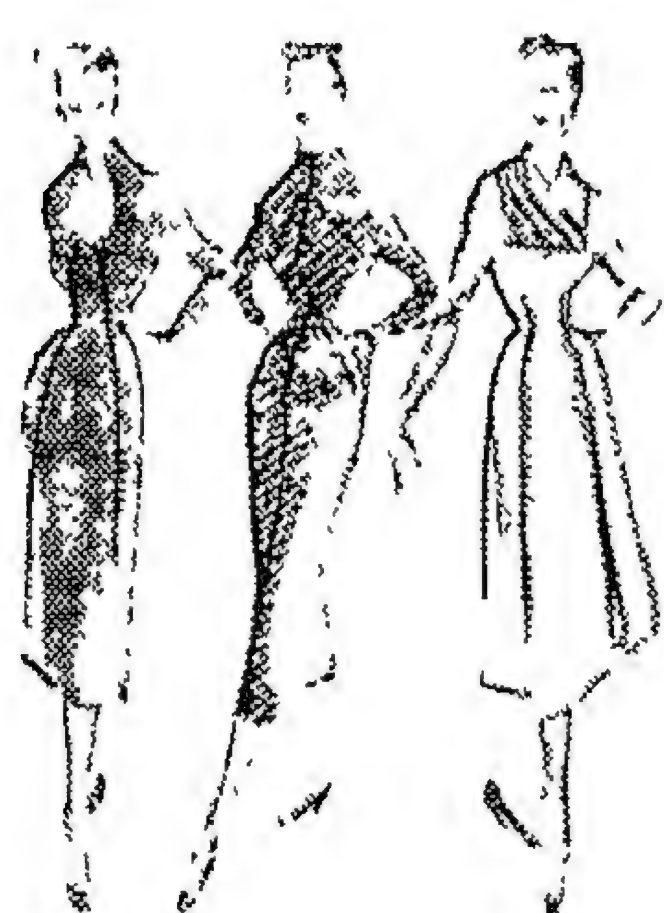
CHANEL



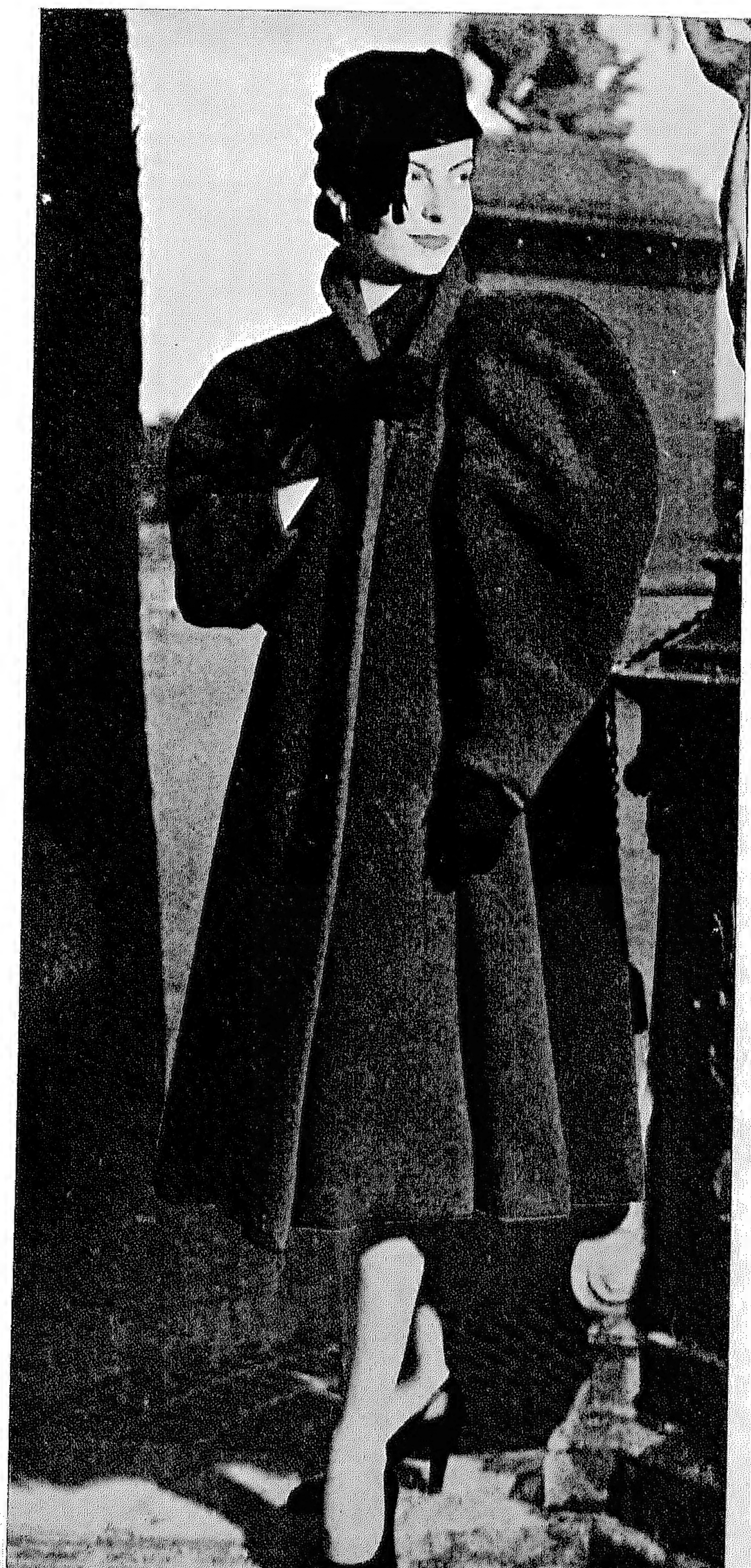


فستان للسهرة بكورساج من  
القطيفة وجونيعة من القطيفة  
المبطنة بالفاي . ابتكار محلات  
بيير بالمان





معطف من الصوف السميك ذو اكمام  
متسعة من اعلى وضيقة الى حد ما  
عند المعصم . ابتكار بيير كابرانسي





# حسين صدقي



في أربع انتامه واغرامه الوطني للشاشة المصرية

## يسقط الاستعمار

سالة الحرية من اساء الى ملايين التضفين في الأرض





معطف ثرواكار من وضع برويد

معطف من الصوف يقدمه كارفن

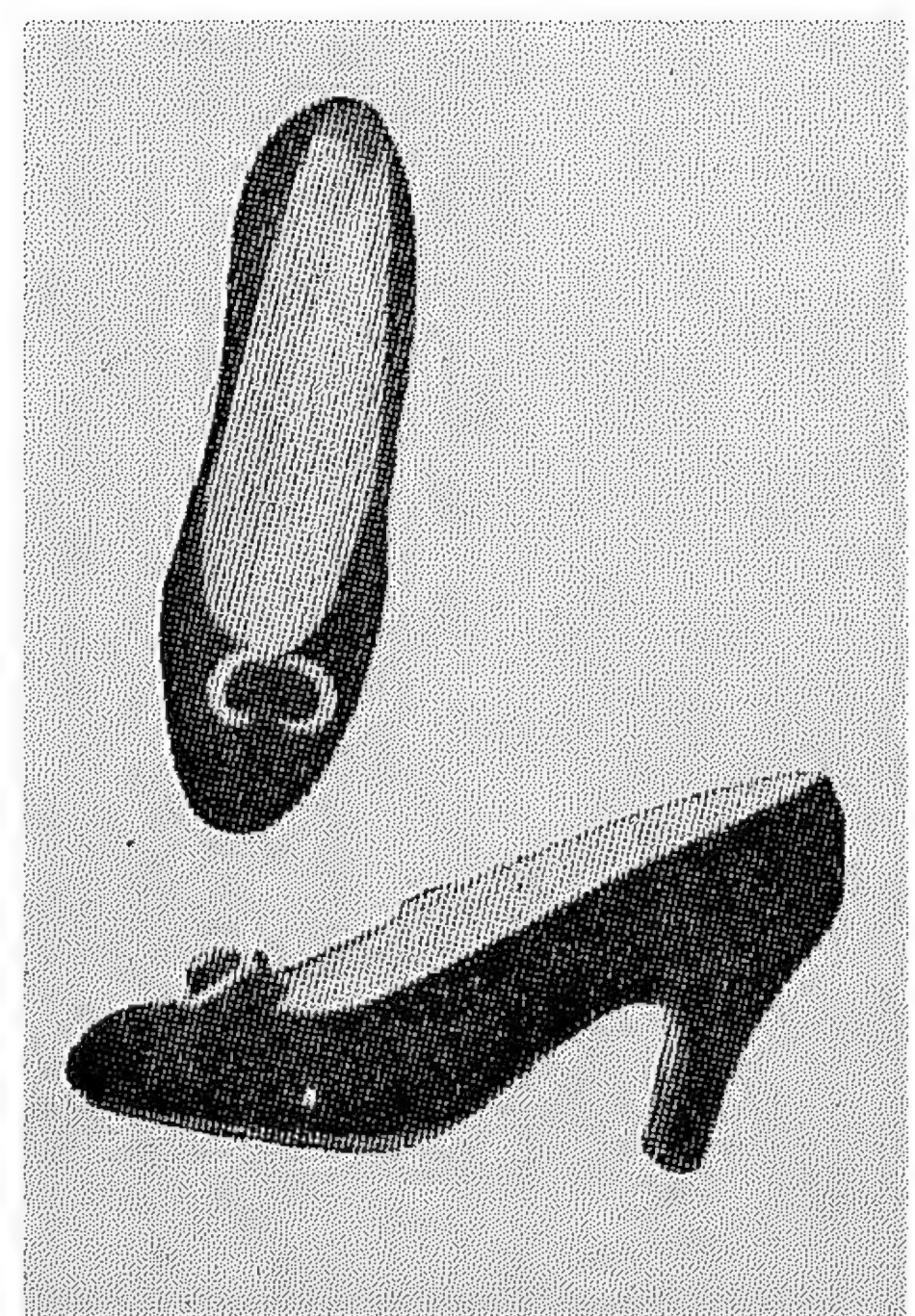
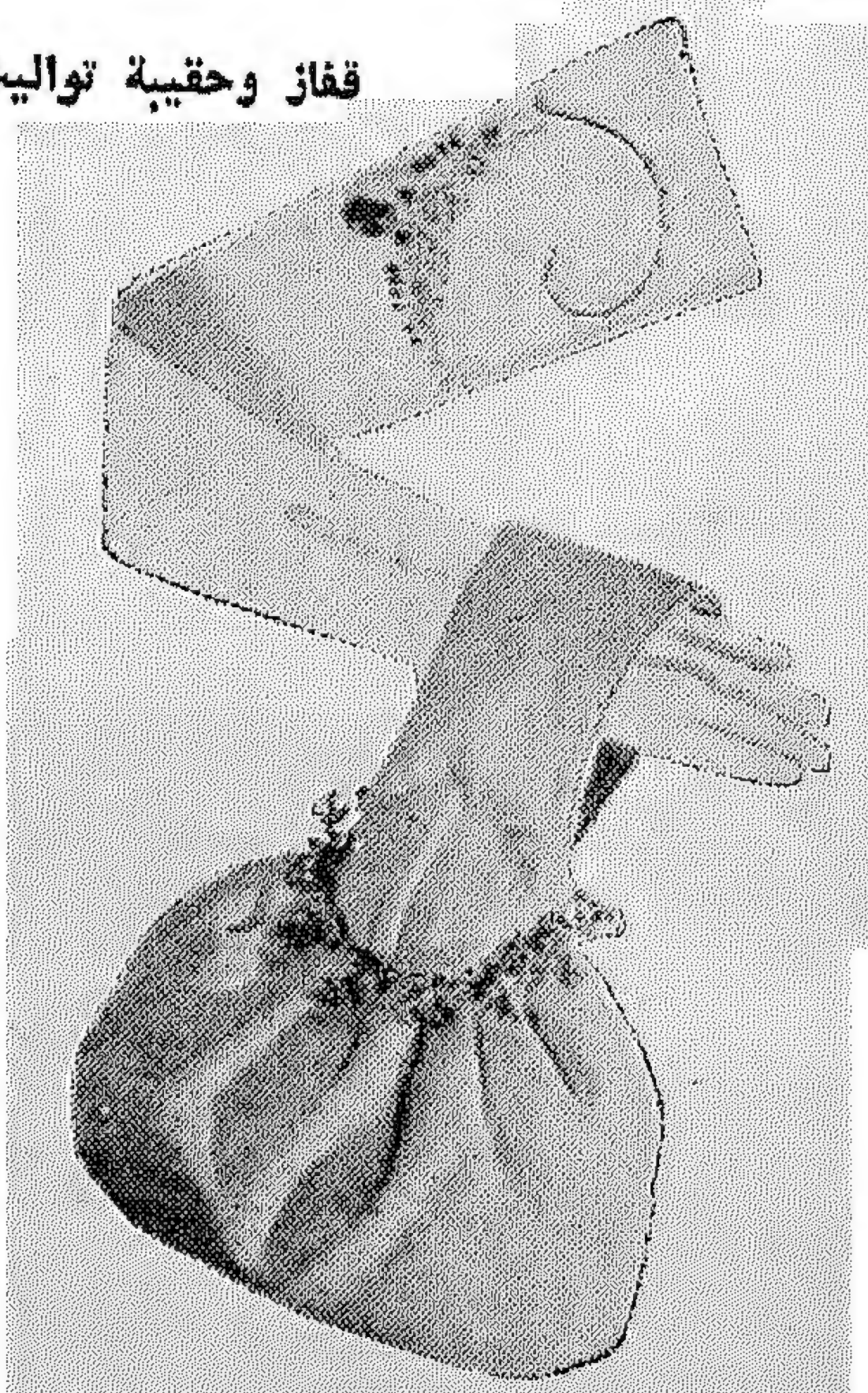
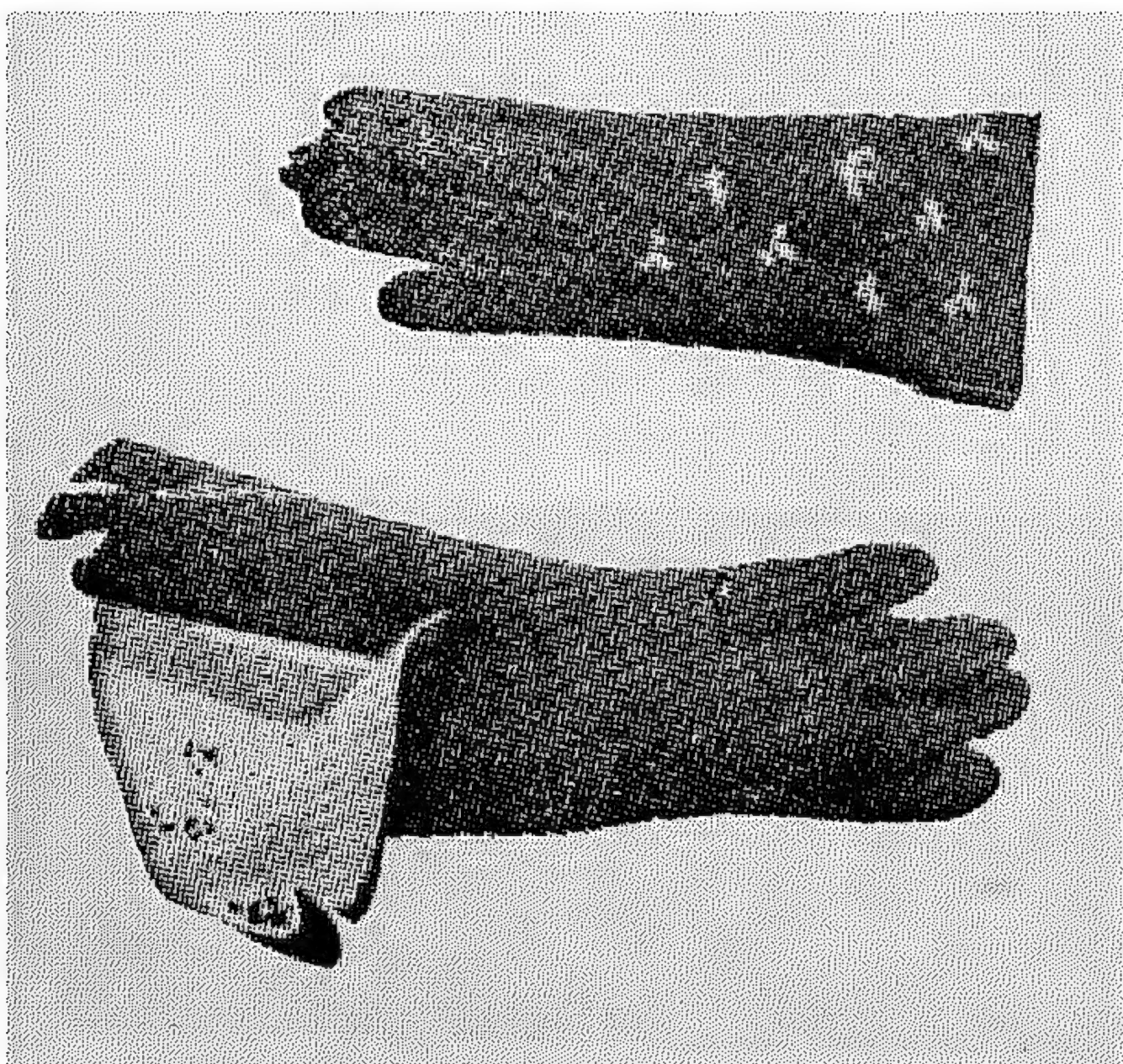
معطف من الصوف تصميم لافورى

## المعطف الذى يتحرك عنه

قفاز مينكر

قفاز وحقيبة تواليت

حذاء بحلية بسيطة





ان ازياء هذا الموسم لا تختلف اختلافا كبيرا عن تلك التي ابتكرها  
صانعو الازياء بباريس في السنة الماضية . وهكذا تستطيعين يا سيدتي  
بقليل من حسن التصرف ان تجرى بعض الاصلاحات في الثوب أو الاثواب  
التي فصلتها في العام الماضي وقد نشرنا لك على هاتين الصفحتين ثلاثة  
اثواب فاختاري منها ما يقرب من الثوب الذي ترمعين اصلاحه .



ثوب تواليت غاية في البساطة والاناقة  
يمتاز بخصر ضيق واكمام قصيرة وصدر  
مفتوح بالعرض

لأزياء هذا الشتاء  
ارتدي اللات





# الأسود

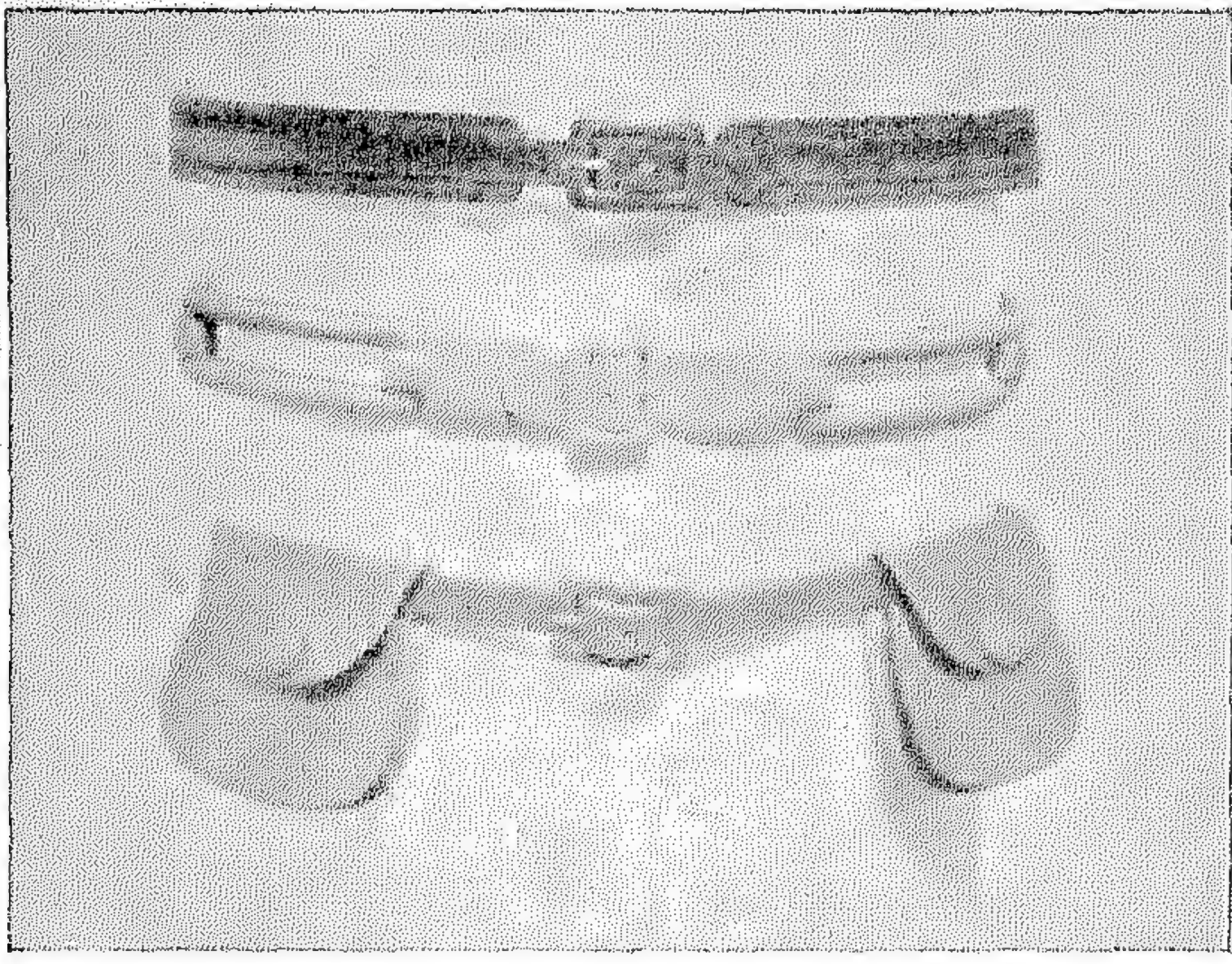
تاير أليق على هيئة كاب من الذي يرتديه بوليس المرور .  
ان الجاكيت ذات اكمام ضيقة وظهر عريض . أما الجونيلة  
فهي تمتاز بضيق وقد صنع هذا التاير من الصوف  
الاخضر الفامق





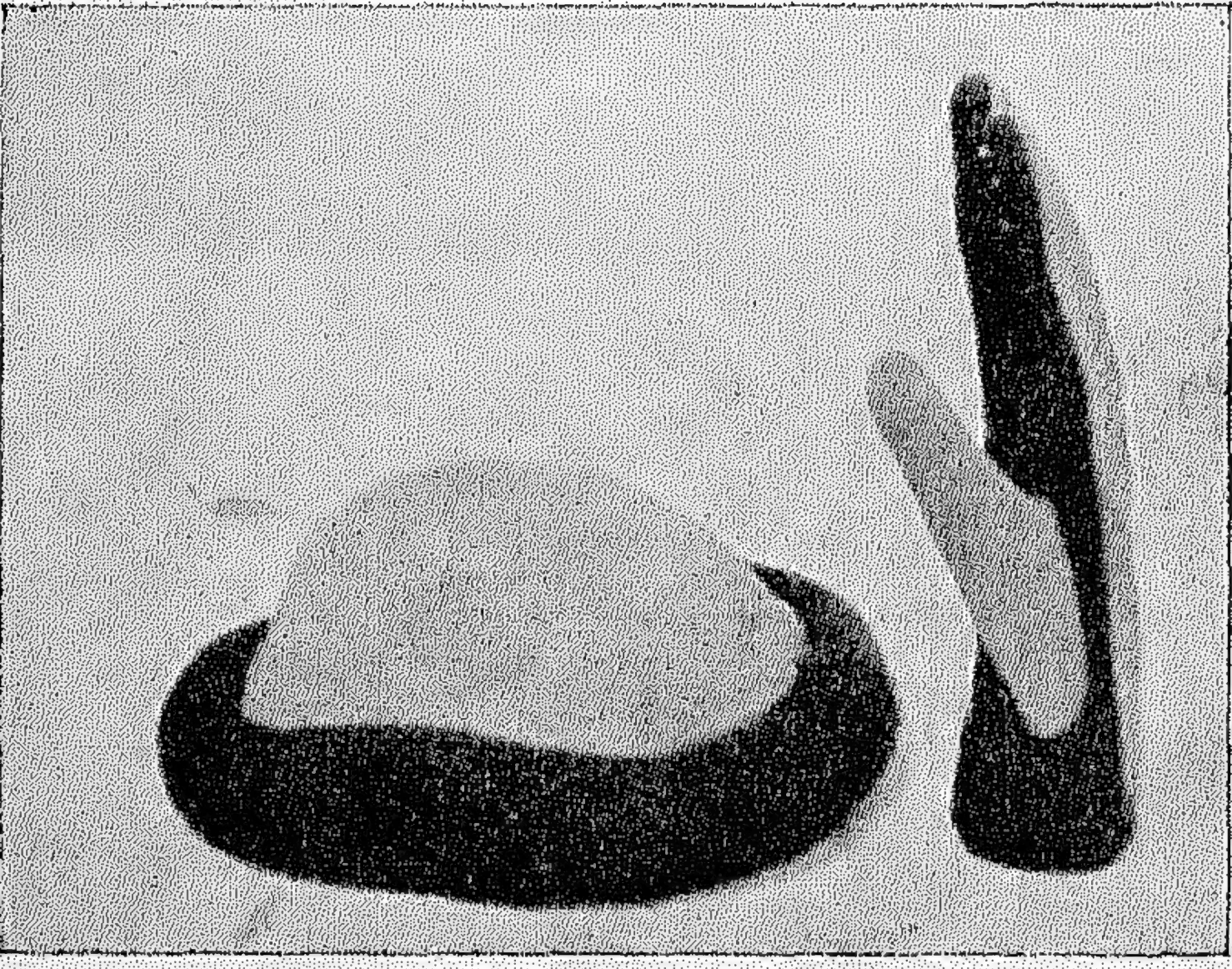
تأير من الصوف السميك البيج  
الجاكيت واسعة بدون خصر ، الياقة  
بقلابتين عريضتين كذلك الجيبان  
الجانبيان . الجونيلة بسيطة ضيقة .





ثلاثة أحزمة من الجلد وهي تلبس على فساتين الصباح أو بعد الظهر لتزيد الخصر ضيقاً

## مَنَاجِلُ الصَّبَاحِ

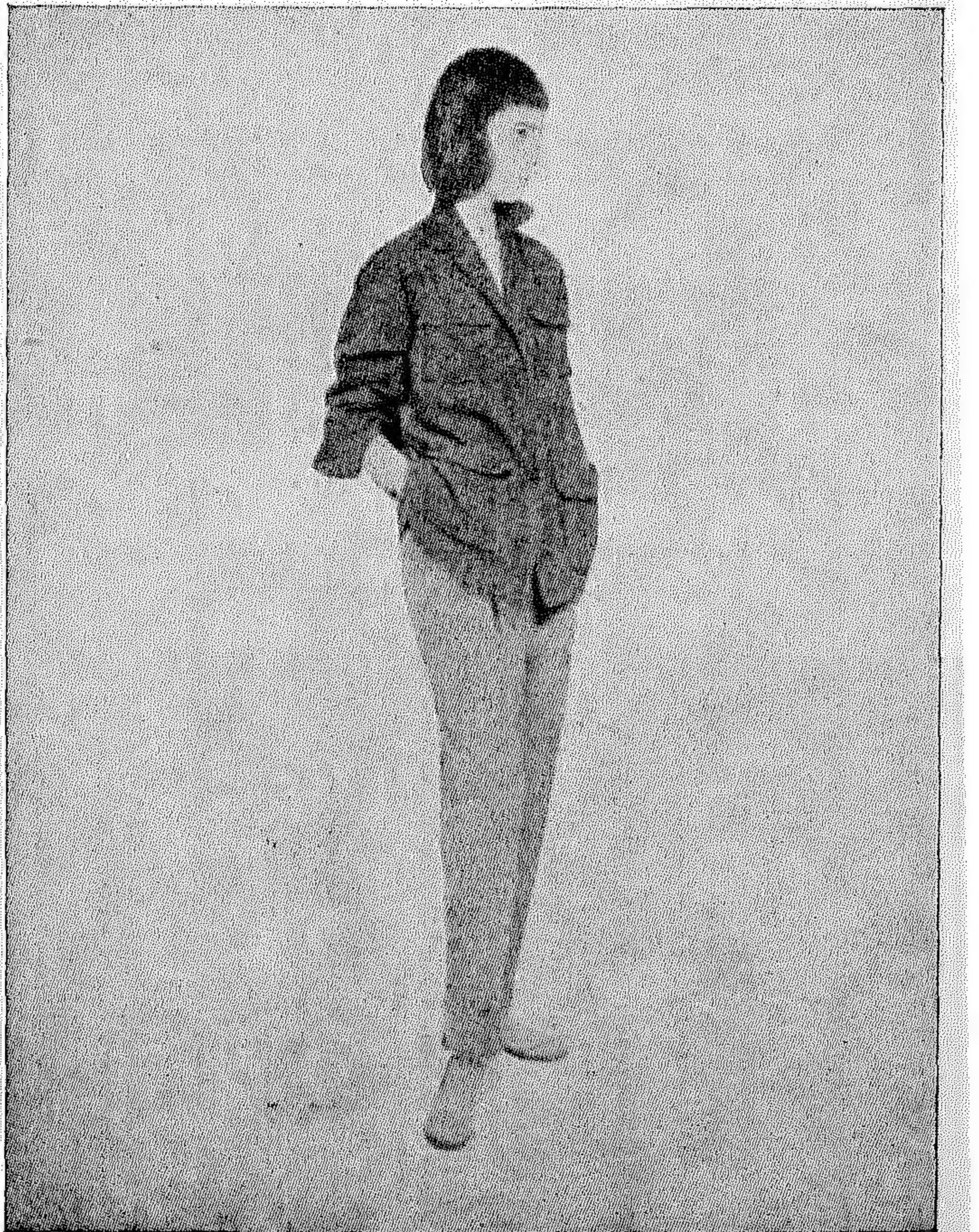


قبعة مبتكرة من الصوف من اللون البيج واللون البني ، وقد صنع القفاز من نفس القماش

هل تحبين السير والتريفيق ، فصللي اذن مثل هذا الحذاء . .



لقد اخترنا لك يا سيدتي على هذه الصفحة بعض الملابس البسيطة السهلة . واخترنا لابنتك ان كانت من اللواتي يملن الى الرياضة هذه الجاكيت الاسبور التي لا تعيق الجسم عن تأدية حركاته الرياضية المفيدة له كل الفائدة



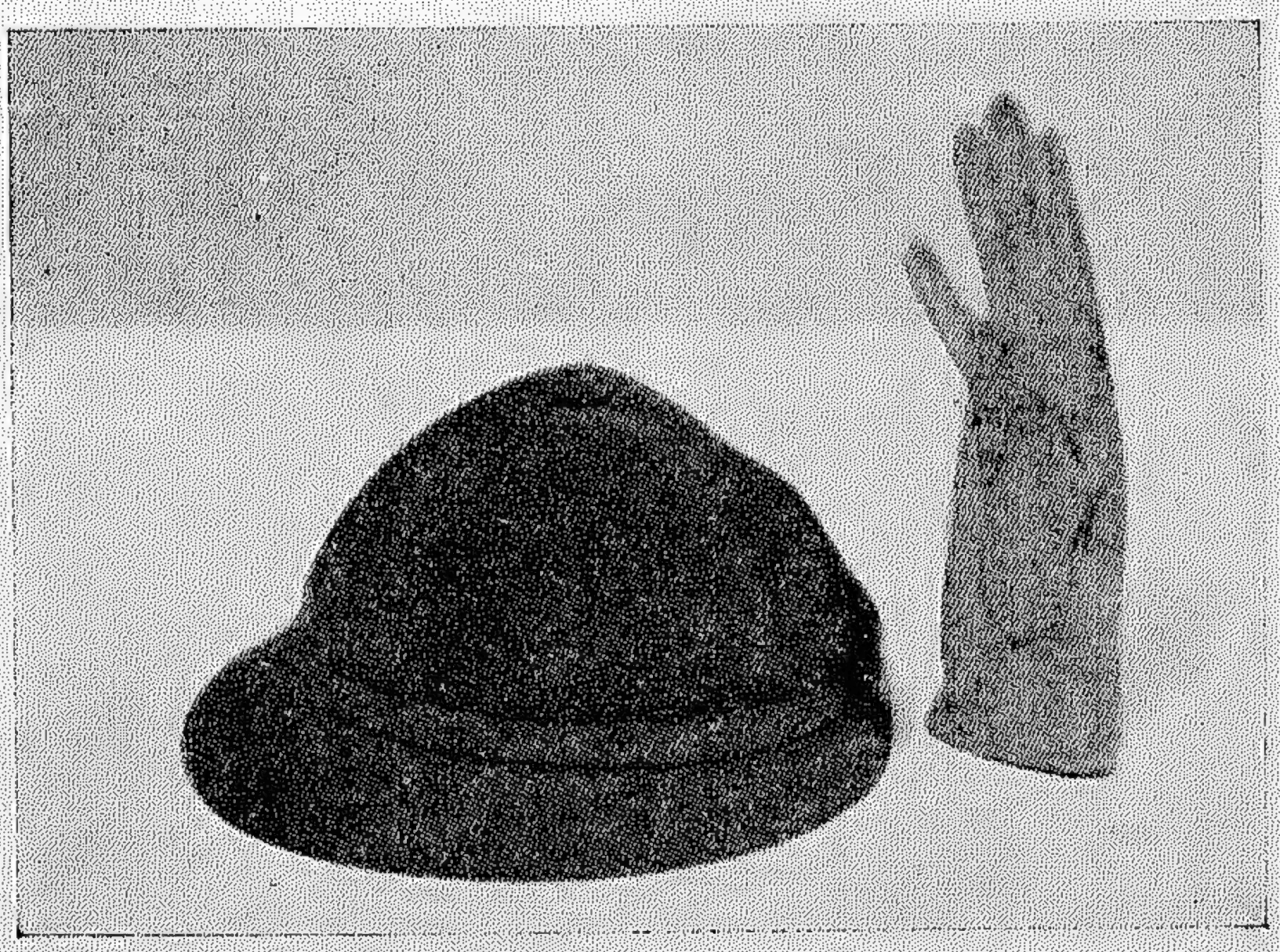




هل تشددين الدفء في منزلك ؟ ارتدى اذن هذا البنطلون ذا المربعات الصغيرة وهذه الشمبازيت المصنوعة من القטיפه

## قَاطِفَةٌ مُضَلَعَةٌ

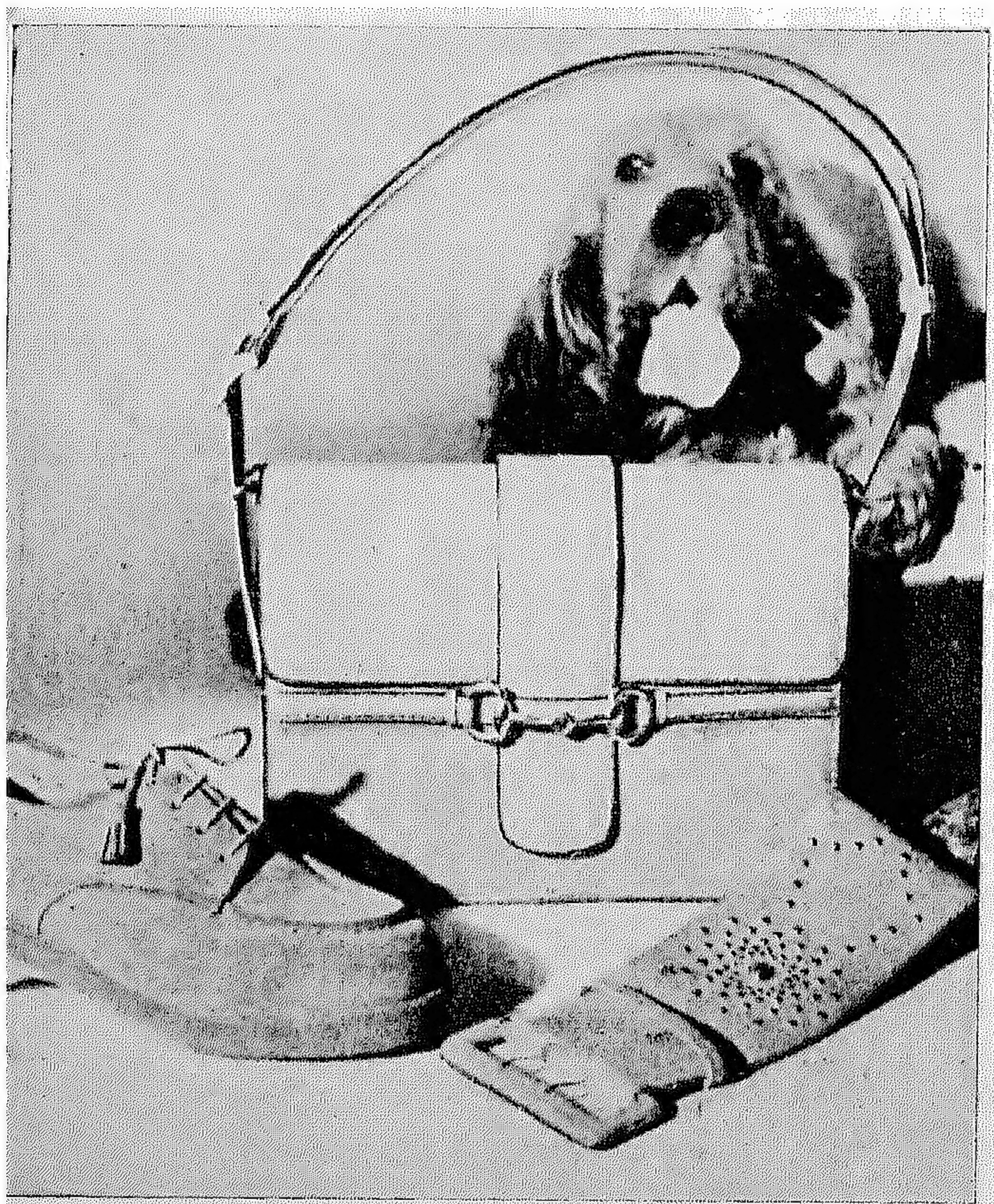
جاكيت عريض ومتسع من القטיפه المضلعة الفاتحة يلبس على جونيلة بسيطة للفتيات من سن الخامسة عشرة







ليس هناك يا سيدتى أبسط من هذين التايرين ولا أجمل منهما . انهما لا يتطلبان منك الا أن تختارى نوعا من الصوف السميك ذى اللون الفاتح وتقومين بتفصيل واحد منهما ان كنت من اللواتى يجدن قصص التايرات والا فأنا ننصحك بأن تكلفى أحد التريزة بعمله على أن يحرص حرصا شديدا أثناء تفصيله الجاكيت فانه فى حاجة الى عناية كبيرة ودقة والا جاء على غير ما تحبين أو تشتين .



## قويابيض واسود



حقيبة يد وحذاء وحزام من جلد البوكس كاف . وترتدى هذه الاشياء على فستان سبور أو تاير . ويلاحظ أن الحذاء بدون كعب . أما النعل فقد صنع من جلد السمك السميك . وقد حلى الحزام بدوائر نحاسية صغيرة ذات رسوم مبتكرة .



قبعة تشبه تلك التى يلبسها الفرسان  
وهى من القطيفة المضلعة







# بنت النيل



## في سون منزلك

تنظيف الاراضى المصنوعة من الخشب الباركيه أو الخشب المدهون

س - أصرف مبالغ كبيرة في شراء ورنيش تلميع أراضى حجر منزلى المصنوعة من الباركيه ، فهل من الممكن عمل الورنيش بالمنزل بمصاريف قليلة ؟

ج - ورنيش تلميع أخشاب الاراضى الباركيه أو المدهونة يمكنك عمله بسهولة جدا في المنزل وبمصاريف قليلة جدا ، واليك مقاديره وطريقة عمله ربع أقة شمع اسكندراني أحمر ( يشتري من محال البوية ) .

٣ كوب زيت تربنتين ( يشتري من محال البوية )

الطريقة : ابشرى الشمع وضعيه في كزولة وأضيفي اليه زيت التربنتين ثم ضعي هذه الكزولة في كزولة أكبر منها بها ماء دافئ وارفعيها على نار هادئة جدا حتى يذوب الشمع تماما ثم يبعد عن النار المرتفعة لان زيت التربنتين قابيل للاشتعال . ثم ضعي الورنيش وهو سائل في علبه واتركيه حتى يبرد ويجمد تماما ثم يغطى ويستعمل ، وقبل تلميع الارض بهذا الورنيش يجب أن تكنس بفرجون شعرناغم وتلمع بقطعة صوف كبيرة ناعمة لازالة أى أثر للآتربة العالقة بسطح الارض ، ثم تدهن الارض بالورنيش السابق دهنا خفيفا وتلمع بقطعة من الصوف بالدعك الجيد . . .

### تنظيف الفصيات

س - أرجو ارشادى عن طريقة تنظيف الملاعق والشوك

الفضية وكيفية المحافظة عليها ؟

ج - نظفيها جيدا بالماء الدافئ والصابون ولوفة ناعمة ثم اشطفيها في ماء دافئ ثم ماء بارد وجففيها تماما بقطعة قماش ناعمة . لمعيها مرة في كل اسبوع اذا كانت مستعملة يوميا وكلما دعت الضرورة اذا كانت من الفصيات الثمينة التى تستعمل فى المناسبات فقط ، تلمع بدعكها بمزيج مكون من الاسبداج ( ويشترى من عند العطارين ) والماء حتى يتكون عجينة سائلة نوعا . ثم اغمسي قطعة من القماش فى هذا المزيج وادعكي به الشوكة أو المعلقة جيدا ثم اتركيها جانبا حتى يجف عليها الاسبداج فتلمع بقطعة قماش جافة لينه حتى يزول الاسبداج ثم تلمع أخيرا بالفوطة الصفراء الكستور أو بقطعة قماش كستور لينه ولاحظي عدم ترك أى أثر للاسبداج بين أسنان الشوكة أو النقوش بأيدي الملاعق واذا تقدر ازالته فاستعملي فرجون ناعما صغيرا احفظيه دائما لهذا الغرض ، وبعد الانتهاء من تنظيفها تحفظ في العلبة الخاصة بها أو فى أحد أدراج بوفيه حجرة المائدة ولزيادة المحافظة عليها لاحظي عدم احتكاكها ببعضها لان ذلك يسبب تخدشها بمرور الزمن . بل احفظيها بجانب بعضها . أما اذا أردت وضعها فوق بعضها فيكون ذلك بين طبقات من الورق الشفاف الرفيع أو قطع من القماش وبذلك تحافظين على أدواتك الفضية أجيالا طويلة .

أحدث الموديلات الباربيّة  
تفصيل

فساتين . بدلات  
نايرت . بطلونات

أفصانيات فى الفساتين  
أفصانيون فى النايرت والبدل

أسعار معتدلة  
سرعة فى مراعى التسليم

محلات مجلات  
أزياء شهر زاد

٢٥ شارع شريف باشا بالقاهرة - أمام عمارة النورموبيليا

مدارس  
فكر

اللغات الحديثة  
التجارة . الحسابات  
الاختزال . الآلة الكاتبة

القاهرة ١ شارع فؤاد الأول  
الاسكندرية ٥١ شارع سعد زغلول  
مصر الجديدة ١٠ شارع عباس  
بورسعيد ١٤ شارع منيرة غلوة  
طنطا ١١ شارع صدي (ميدان بسام)



# طقم مضلع دائري مكون من بلوفر وجاكيت

**المواد اللازمة :** البلوفر : ١٦٨ جرام من صوف باتونز بيهاف  
فنجرنج صنع P & B - ٣ فنل - مصنوع بطريقة باتونز المتكررة لمقاومة  
الانكماش والتمدد . الجاكيت : ٢٥٢ جرام من نفس الصوف - عدد ٢  
كبسول - ٧ زراير - ابرتان بيهاف نمرة ١٠ وابرتان بيهاف نمرة ١٢  
**المقاسات :** لمقاس ٨٥ سم - ٩٠ سم محيط الصدر . الطول من أعلى  
الكتفين : ٥٠ سم للبلوفر و ٥٢ سم للجاكيت . طول خياطة الكم :  
١٢٥ سم للبلوفر و ٤٧ سم للجاكيت

**قوة الشد :** ٧٥ غرزة - ٢٥ سم لشغل مفرد وليس مشدودا  
**الاصطلاحات :** غ : غرزة . ع : معدولة . م : مقلوبة . معا : غرزان  
في غرزة . \* . . . : رمز التكرار أي عندما يتم شغل الجزء المحصور بين  
النجمتين ابدئي ثانيا من النجمة الاولى واشتغلي حسب الارشادات الى  
النجمة الثانية . وكرري هذه العملية حسب التعليمات

## بلوفر ( اللون أصفر )

**الظهر :** بالابرتين نمرة ١٢ ابدئي ١٠ غ واشتغلي ١٠ سم مضاع  
١ ع - ١ م . ثم انتقلي الى الابرتين نمرة ١٠  
**السطر الاول :** ١ ع - ٢ ع معا - الصوف حول الابرة \* ٢ م - الصوف  
حول الابرة - اسلتي غرزة غير مشغولة - ١ ع - مرري الغرزة المسلوقة

عليها - ٢ م - ٢ ع معا - الصوف حول الابرة - كرري من \* الى أن يبقى  
٥ غ - ٢ م - الصوف حول الابرة - اسلتي غرزة - ١ ع - مرري عليها  
الغرزة المسلوقة - ١ ع

**السطر الثاني :** ١ ع \* ٢ م - ٢ ع - كرري من \* الى أن يبقى ٣ غ -  
٢ م - ١ ع . السطر الثالث : ١ ع \* الصوف للامام - اسلتي غرزة - ١ ع -  
مرري عليها الغرزة المسلوقة - ٢ م - ٢ ع معا - الصوف حول الابرة -  
٢ م - كرري من \* الى أن يبقى ٧ غ - الصوف فوق الابرة - اسلتي غرزة  
- ١ ع - مرري عليها الغرزة المسلوقة - ٢ م - ٢ ع معا - الصوف للامام -  
١ ع . السطر الرابع : اشتغليه كما اشتغلت للسطر الثاني . وهذه  
السطور الاربعة تكون الموديل (غرزة الدنتلة)

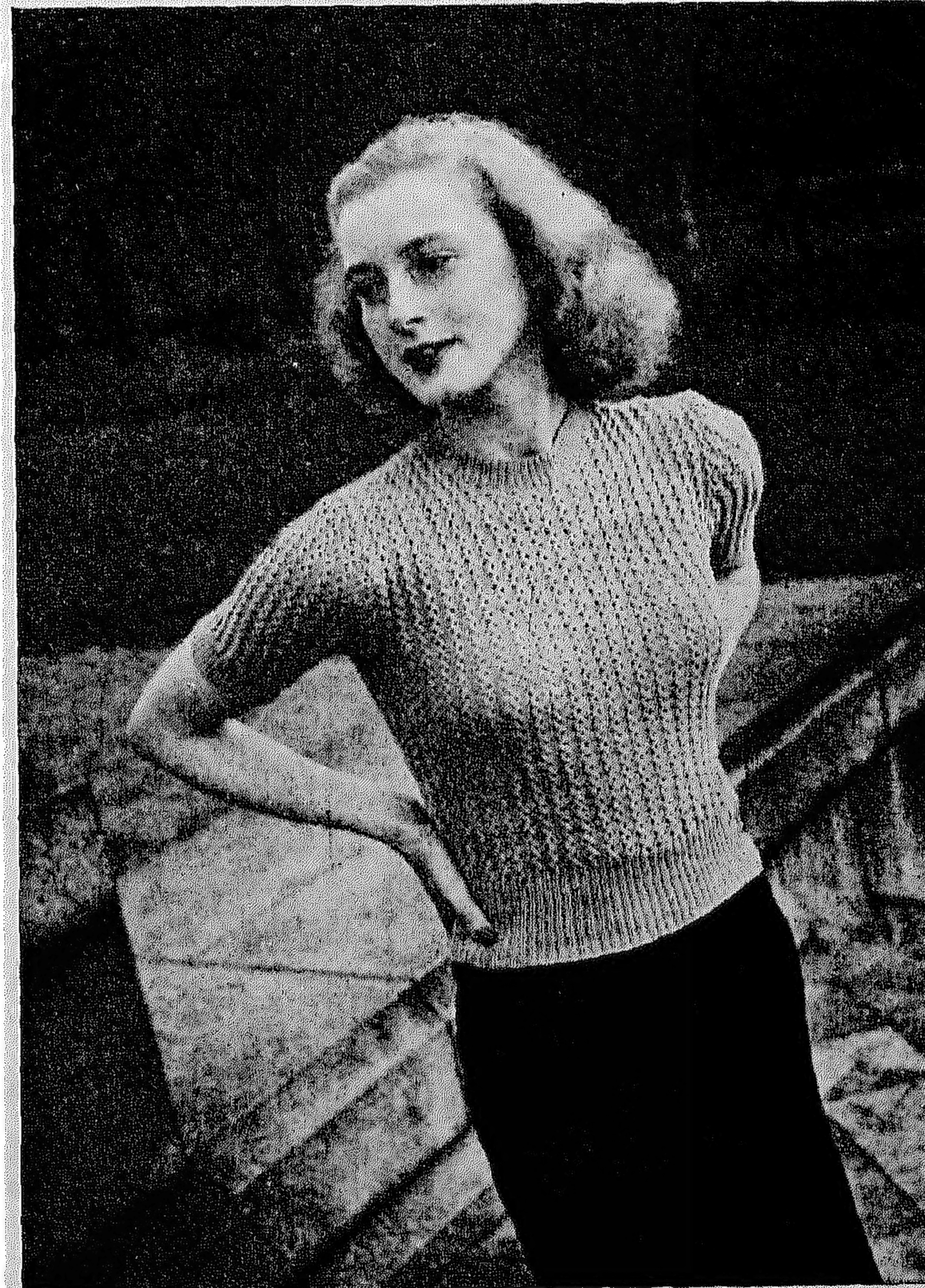
استمري حسب الموديل وزودي عند طرفي السطر التالي وكل سطر  
نامن ثال الى أن يبقى ١٢٠ غ . اشتغلي باستمرار حسب الموديل الى أن  
يصير مقاس الجنبين ٣١١/٤ سم . ثم كسبي لحدتي الباط بان تنقصي  
٤ غ في بداية السطور الاربعة التالية نم ٢ ع معا عند طرفي كل سطر بعد  
سطر الى أن يبقى ٩٦ غ

استمري حسب الموديل الى أن يصير مقاس الظهر ٤٨٢/٤ سم .  
ثم بوجه الشغل كسبي للكتفين بان تنقصي ٨ غ عند بداية السطر التالي  
ثم اشتغلي ١٤ غ لغاية الوسط واقفليها . ثم اشتغلي لنهاية السطر

**السطر التالي :** اشتغلي النصف الاخير من الشغل واتركي غرز الكتف  
الثاني على ابرة اضافية ونقصي ٨ غ عند حافة الباط في السطر التالي و ٣  
سطور سطر بعد سطر . وفي نفس الوقت اقلبي ٣ غ عند حافة الرقبة  
عند بداية السطور الثلاثة التالية ، سطر بعد سطر

ثم عودي الى النصف الاول من الشغل وأنهيه كما اهيئت النصف  
الاخير

**الامام :** اشتغلي كما اشتغلت للظهر الى أن تسمى لحدتي الباط (٩٦ غ)  
ثم اشتغلي طوالي الى أن يصير مقاس الامام ٤٢٥ سم . السطر التالي :  
بوجه الشغل اشتغلي ٤١ غ حسب الموديل واتركيها على ابرة اضافية







## سيدات الطبقة الراقية يستعملن أصواف P & B

BEEHIVE

يهاف وسائر اصواف

التركيب الاخرى ماركة P&B

تصنعها شركة بانوتز وبالدوينز

من اجود اصواف العالم .

فالملايس المصنوعة منها لا يتغير

شكلها ولا لونها . كما تمتاز اصواف

P&B بشمومة اللبس وبالحيسوية

وشدة الاحتمال . ان استعمال اصواف

P&B ليس دايلا على حسن

الاختيار فحسب بل هو في

الواقع صفقة رابحة ، لانه

لا يوجد ادعى لوفر

من استعمال صوف

من نوع جيد .

اصواف التركيب



تحدد هذه الماركة المسجلة على  
كل شلة من اصواف P&B

صنع PATONS & BALDWIN LIMITED, إنجلترا

افلى ١٤ غ في الوسط واستمرى في النصف الاخير من الشغل وانفصى  
عند حافة الرقبة ٢ ع معا في كل سطر بعد سطر الى ان يبقى ٣٢ غ

اشتغلى بضعة سطور بدون تنقيص الى ان يصير الطول كطول الظهر  
ثم كسمى للكتف بان تنقص ٨ غ من حافة الباط عند بداية السطر التالي  
والسطور الثلاثة التالية ، سطر بعد سطر . اوصلى الصوف بالفرد الباقية  
عند حافة الرقبة واشتغلى كما اشتغلت للكتف الاول

الاكمام : بالابرتين نمرة ١٢ ابدلى ٨٠ غ واشتغلى ٣ ٢/٤ سم مضلع ١ ع -  
١ م . انتقل الى الابرتين نمرة ١٠ واشتغلى حسب الموديل بالتزويد عند  
كل من طرفي السطر التالي وكل سطر رابع تال الى ان يبقى ٩٦ غ .

اشتغلى بضعة سطور باستمرار الى ان يصير مقاس الحروف ١٢ ١/٢  
سم ثم كسمى لاعلى الكمين بان تنقص عند كل من طرفي سطر بعد سطر  
الى ان يبقى ٧٦ غ . تم نقصى عند طرف كل سطر الى ان يبقى ٢٤ غ .  
انفلسى .

بنضة الرقبة : خيطى الكتف اليمين وه سم من الكتف اليسار .  
وبوجه الشغل والابرتين نمرة ١٢ القطى ١١٦ غ بالتساوى حول دائرة  
الرقبة . اشتغلى ٣ سم مضلع ١ ع - ١ م . افلى قفلا رخوا بشغل  
مضلع واستعملى ابرة نمرة ١٠

### الجاكيت ( اللون نبيدى )

الظهر : بالابرتين نمرة ١٢ ابدلى ١٢ غ . واشتغلى ١١ سم مضلع  
١ ع - ١ م . انتقل الى الابرتين نمرة ١٠ واشتغلى حسب الموديل وزودى  
عند كل من طرفي السطر التالي وكل سطر سادس تال الى ان يبقى  
١٢٨ غ على الابر . اشتغلى طوالى الى ان يصير مقاس حرف الجنب  
٣٢ سم . ثم كسمى لحدوتى الباط .

افلى ٤ غ عند بداية السطور الاربعة التالية ثم اشتغلى ٢ ع معا  
عند كل من طرفي سطر بعد سطر الى ان يبقى ١٠٠ غ . اشتغلى باستمرار  
الى ان يصير مقاس الظهر ١١ ١/٤ سم ثم كسمى للكتفين بنقيص ١١ غ عند  
بداية الستة الاسطر التالية . افلى باقى الفرز .

الامام : اليسار : بالابرتين نمرة ١٢ ابدلى ٥٦ غ واشتغلى ١١ ١/٤ سم  
مضلع ١ ع - ١ م . انتقل الى الابرتين نمرة ١٠ واشتغلى حسب النموذج  
وزودى عند حرف الجنب في بداية السطر التالي وكل سطر سادس تال  
الى ان يبقى ٦٤ غ . اشتغلى طوالى الى ان يصير مقاس حرف الجنب  
٣٢ سم .

وبوجه الشغل افلى ٤ غ من ناحية حردة الباط عند بداية السطر  
التالى والسطر الثالث ثم ٢ ع معا عند ناحية حردة الباط في كل سطر  
بعد سطر الى ان يتم بنقيص ١٤ غ في المجموع ثم اشتغلى هذا الحرف  
بدون تنقيص . وفي نفس الوقت - وانت تبثدين تكسيم حردة الباط -  
نقصى عند حرف الوسط ٢ ع معا عند بداية السطر التالى وكل سطر ثالث  
تال الى ان يبقى ٣٣ غ

اشتغلى طوالى الى ان يصير مقاس الصدر كمقاس الظهر . ثم  
كسمى للكتف بنقيص ١١ غ عند بداية الثلاثة الاسطر التالية ، سطر  
بعد سطر ، عند حافة الباط

اليمين : اشتغلى كما اشتغلت ناحية اليسار مع عكس التكسيم

البنضة المضلعة : خيطى حروف الكتفين . وبالابرتين نمرة ١٢ ابدلى  
١٠ غ واشتغلى بنضة مضلعة من ١ غ - ١ م لمقاس يلائم يمين الصدر الى  
ظهر الرقبة ثم الى يسار الصدر عند شد الشغل قليلا . اشتغلى ٧  
عراوى في الناحية اليمى ، الاولى تقع في رابع وخامس سطر والباقي على  
أبعاد متساوية بين كل منها ٥ سم . كيفية عمل العروة . ٤ غ مضلعة -  
افلى ٢ غ - اشتغلى مضلع الى الآخر وبرجوع وزودى ٢ غ على الفرزتين  
المقولتين في السطر السابق

الاكمام : بالابرتين نمرة ١٢ ابدلى ٦٤ غ واشتغلى ٨ ٣/٤ سم مضلع  
١ ع - ١ م . انتقل الى الابرتين نمرة ١٠ واشتغلى حسب الموديل وزودى  
عند كل من طرفي السطر التالى وكل سطر سادس تال الى ان يبقى ١٠٢  
غ على الابر

اشتغلى طوالى الى ان يصل مقاس حافة الجنب الى الطول المطلوب  
ثم كسمى اعلى الكم كما فعلت لكم البولوفر

### التركيب

لا تكوى الموديل . خيطى جنبى واكمام البولوفر . ركبى الاكمام  
وخيطى كبنسولتين لقفل الفتحة على الكتف اليسار . خيطى جنبى واكمام  
الجاكيت . ركبى الاكمام . خيطى البنضة المضلعة واجعلى العراوى من  
ناحية اليمين . اكوى الخياطة . ثم ركبى الزراير لتلائم العراوى

**اشات فاخر**

**خامات متينة**

**ذوق رفيع**

**صانع لمويليك الكبرى**

٢٩ شارع فواد الاول | تليفون  
١٠ شارع البويع القديس | ٢٦٦١٢

**إخوان سالك**

**SALEM FRERES**

29, RUE FOUAD 1er  
10, RUE ANCIENNE BOURSE  
Tel: 26612

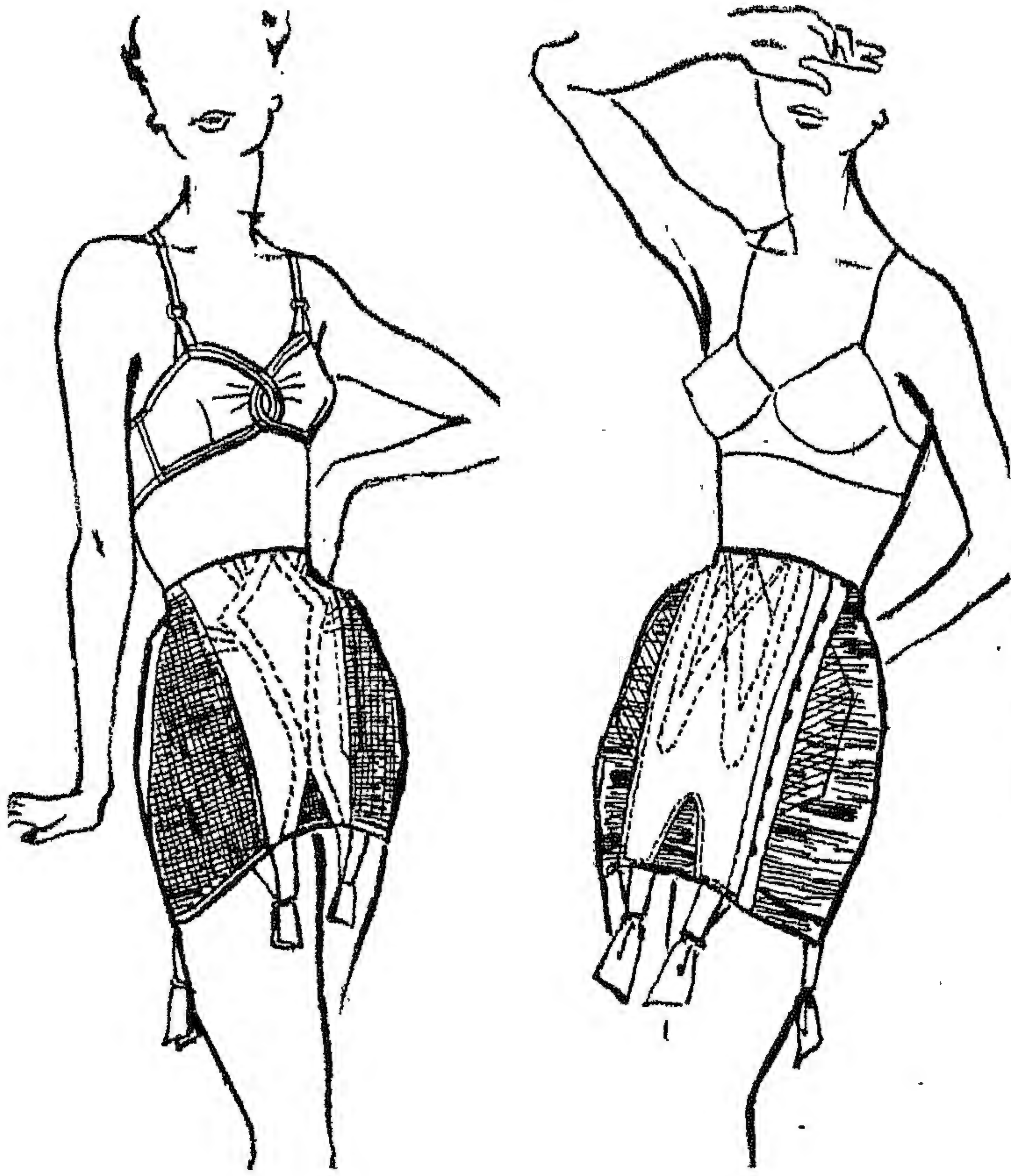


## نتيجة سابقة الباترونات

اختارت لجنة التحكيم من بين مئات الردود التي وصلت اليها هذين الموديلين الجميلين وهما من ابتكار الانسة ليلى محمد لبيب بالجيزة والتي فازت بالجائزة الاولى .

أما الجوائز الثانية والثالثة فقد فازتا بهما على التوالي الانسات هدى وصفى ومارى بيطار .

وسترسل باترون فستان هدية لجميع المشتركات فى المسابقة بدون استثناء .



ان كانت اردافك كبيرة

ان كان بطنك كبيرا

## كورسيه لكل جسم

لا تكونى يا سيدتى متسامحة مع نفسك . اعرفى عيوبك الجسمية واحكمى عليها حكما عادلا . واعلمى أن لكل عيب من الاعيوب التى تكتشفيها علاج . وها نحن أولاء نقدم لك مجموعة من الكورسيهات والسوتيانات الحديثة صممت لتفى بالغرض المطلوب

### ان كان خصرك عريضا :

ليس أمامك الا الكورسيه رقم ٣ وهو حزام وكونيبنزون بدون حمالات انه من الساتان والدانتيل اللاستكس . أما السوتيان فهو نصف دائرى ويسمح بالديكولتيه .

### ان كانت اردافك كبيرة :

عليك باختيار هذا الكورسيه رقم ٤ المصنوع من التول لاستكس . وان كان صدرك عريضا ليس أمامك الا هذا السوتيان بباندة مقواة على شكل الكرودون .

### ان كان بطنك كبيرا :

ارتدى هذا الحزام أو الكورسيه المصنوع من المطاط والساتان ( رقم ٥ ) ويلاحظ

### ان كان صدرك كبيرا :

ارتدى السوتيان رقم ١ المصنوع من اللينون الابيض وقد قوى بباندات تحمي المعدة وادخل فيه شبكة لاستكس .

### ان كان خصرك مكنتزا :

ارتدى هذا الكورسيه رقم ٢ المصنوع من التول النايلون وقد أدخلت فيه هذه الباندة من الساتان لتمنع من الكرمشة . ومن الملاحظ انه متسع من أعلى لكي يحتوى كمية اللحم فوق الخصر . وان كان صدرك متهذلا ارتدى السوتيان رقم ٢ أيضا بباندة على المعدة من خيوط اللاستكس وهي تقوى الجزء الاسفل من الثدي .

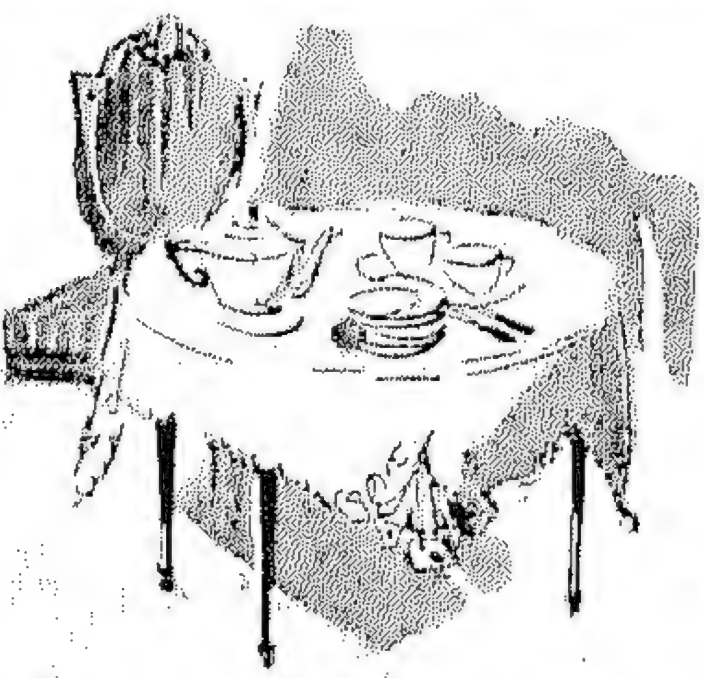


نرجو من الفائزات الاتصال بجونو لسحب الجوائز ١١٦ شارع عماد الدين القاهرة فوق بامكو ت ٤٧١٥٧ ٣٦ شارع سعد زغلول الاسكندرية فوق اركس ت ٢٠٧٨٩



## باترون مجانا

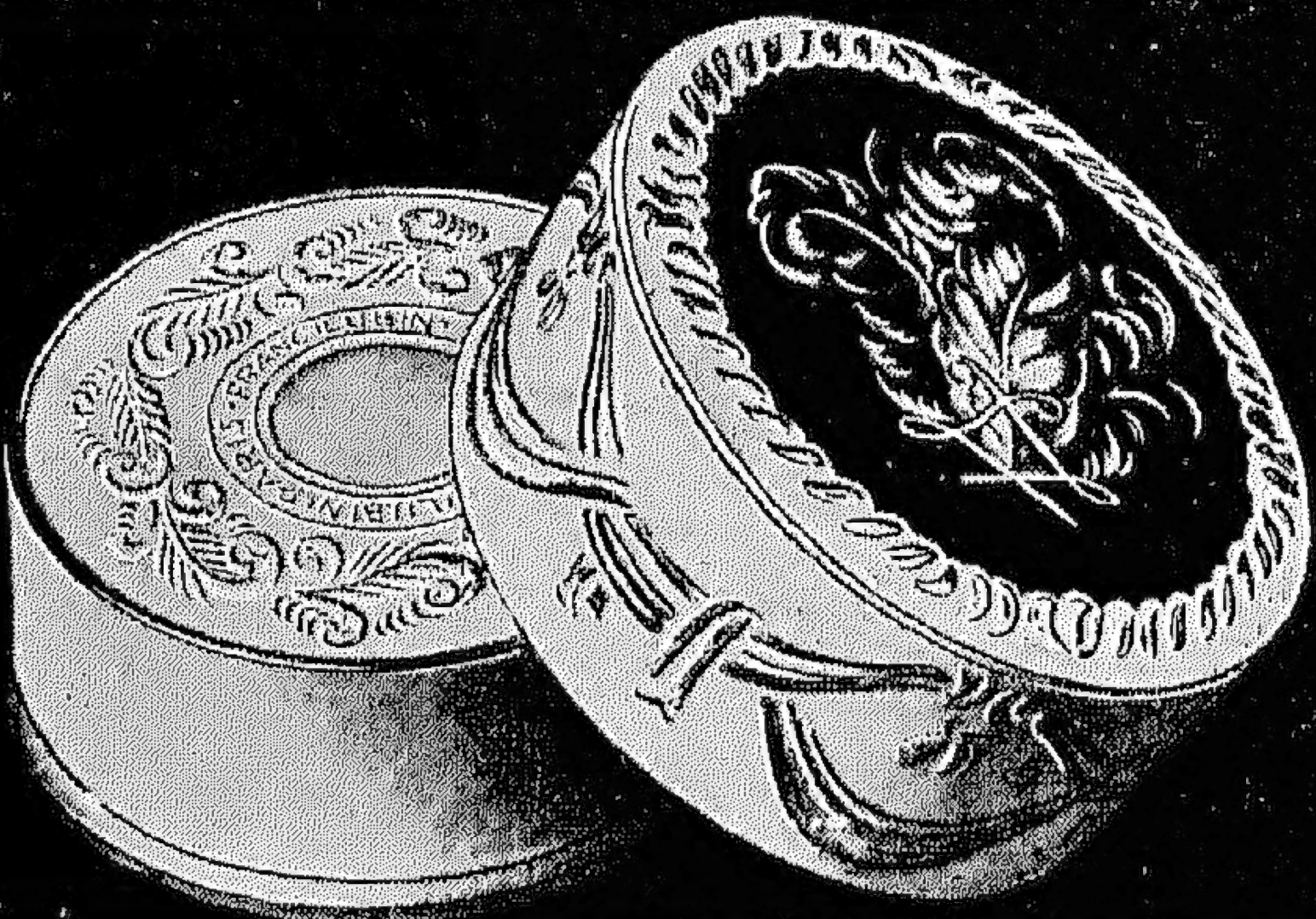
لحاملة هذا الكوبون الحق في الحصول على باترون  
جاهز مجانا وبدون مقابل من محلات ميسو للتفصيل  
وتعليم التفصيل ١٥ شارع فؤاد الاول بجوار ( جراندي  
أوتيل ) بالدور الرابع وذلك في ميعاد لا يتجاوز ٢٠  
يناير سنة ١٩٥٢



سيدة البيت  
تقدم لضيوفها

نای الشيخ الرب

## ناعمة - رقيقة - باهرة



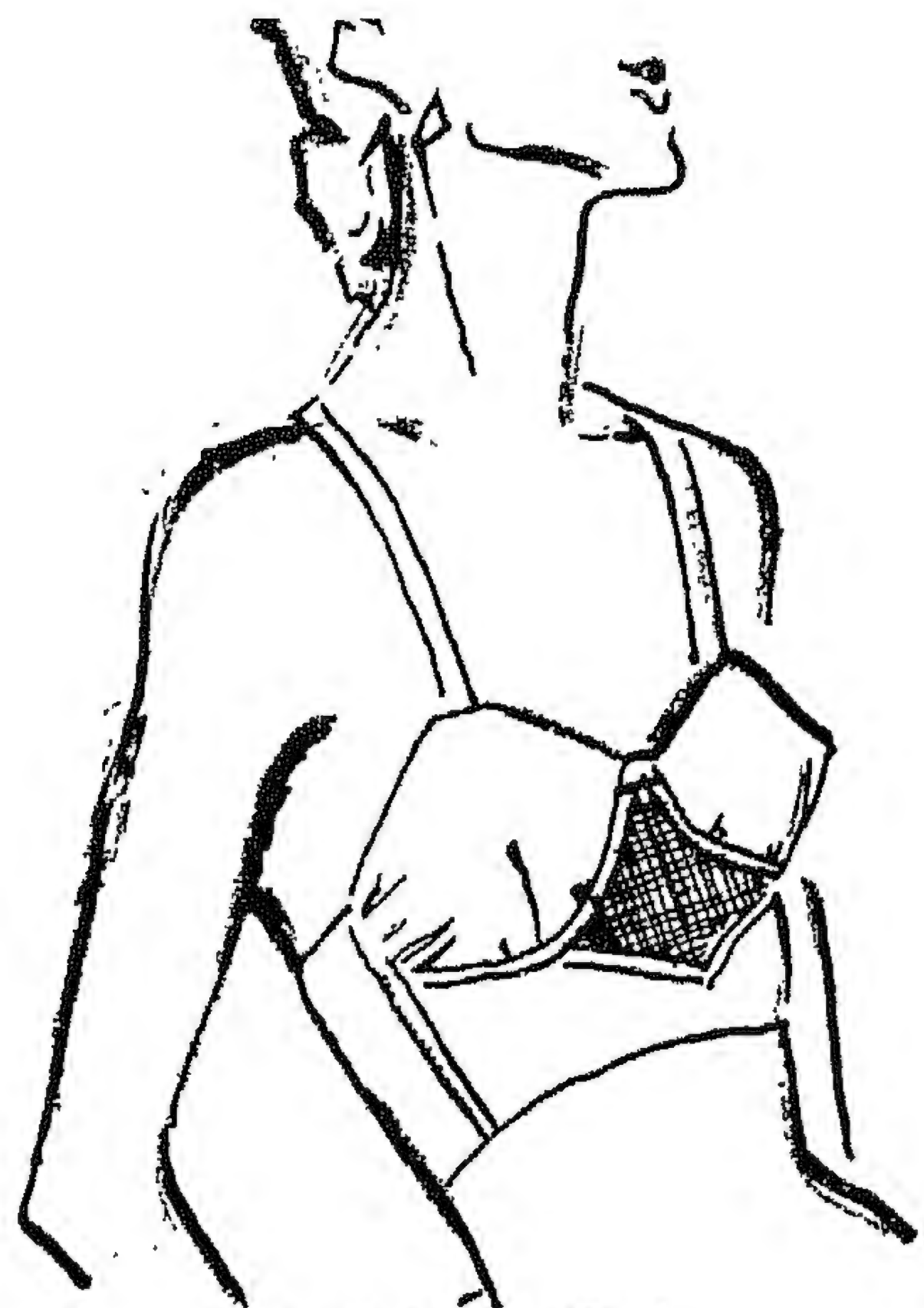
بودرة إيبيلويسانت

المطهرة برائحة "نوي دي لوفشون"  
إنتاج لوبان

Poudre Blouissante

لوبان بعرض الآلة نموذجية الجسد للمقابلة من  
عطر نوي دي لوفشون ب ٤ قرشا الزهامة  
لوبان يقدم

طوال مدة الأعياد لهذه الزهامة ممانا لك  
من يشترى عليه من بودرة إيبيلويسانت

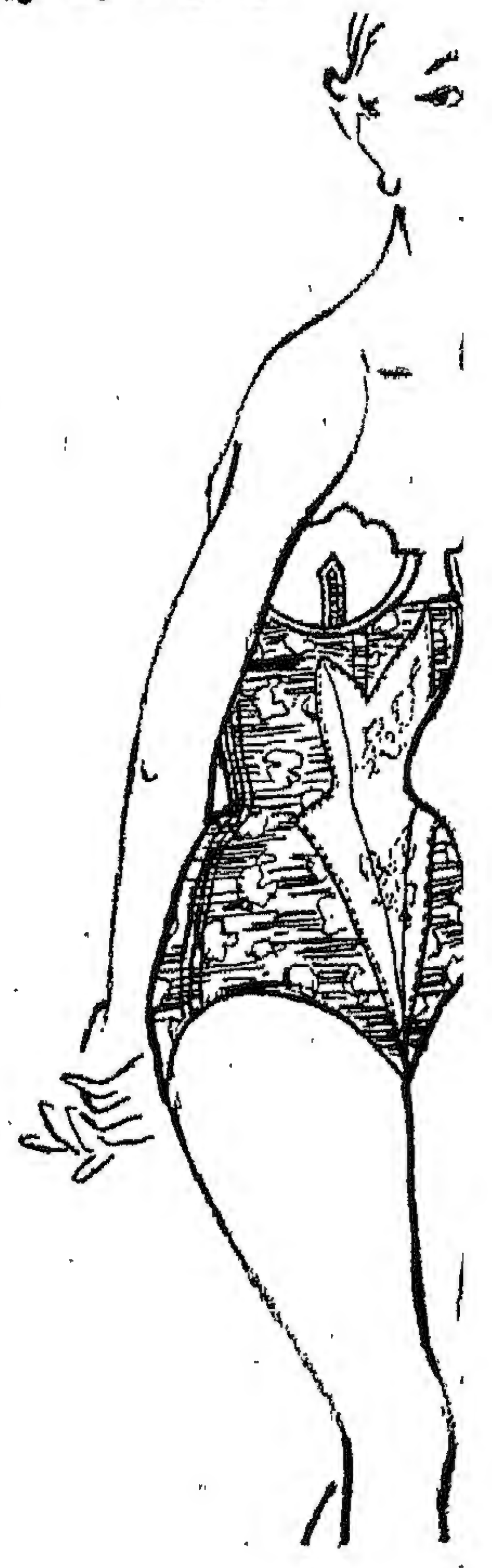
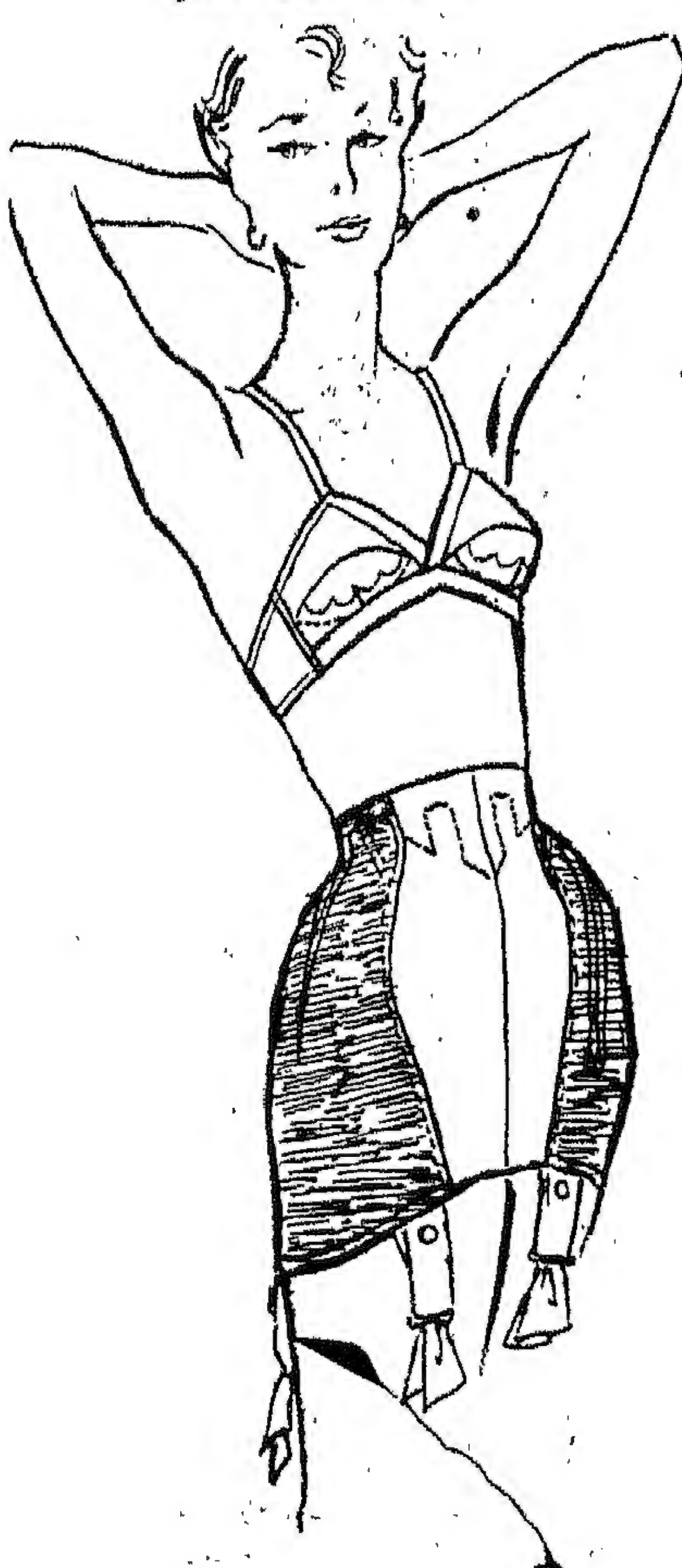


ان كان صدرك كبيرا

أن القصة الامامية مبطنة كلها  
ومشغولة بخياطات وأدخلت  
فيها الباليينات لتمنع ظهور  
البطن  
•  
والا تنسى يا سيدتي أيضا  
أن تمارسي الألعاب الرياضية  
والتي نبشرها لك تباعا والتي  
ان أديتها كما يجب أغنتك  
عن ارتداء هذه الكورسيهات  
واحتمال ضغطها • اتبعي  
نصائح بنت النيل ان أردت  
لنفسك قواما رشيقا •

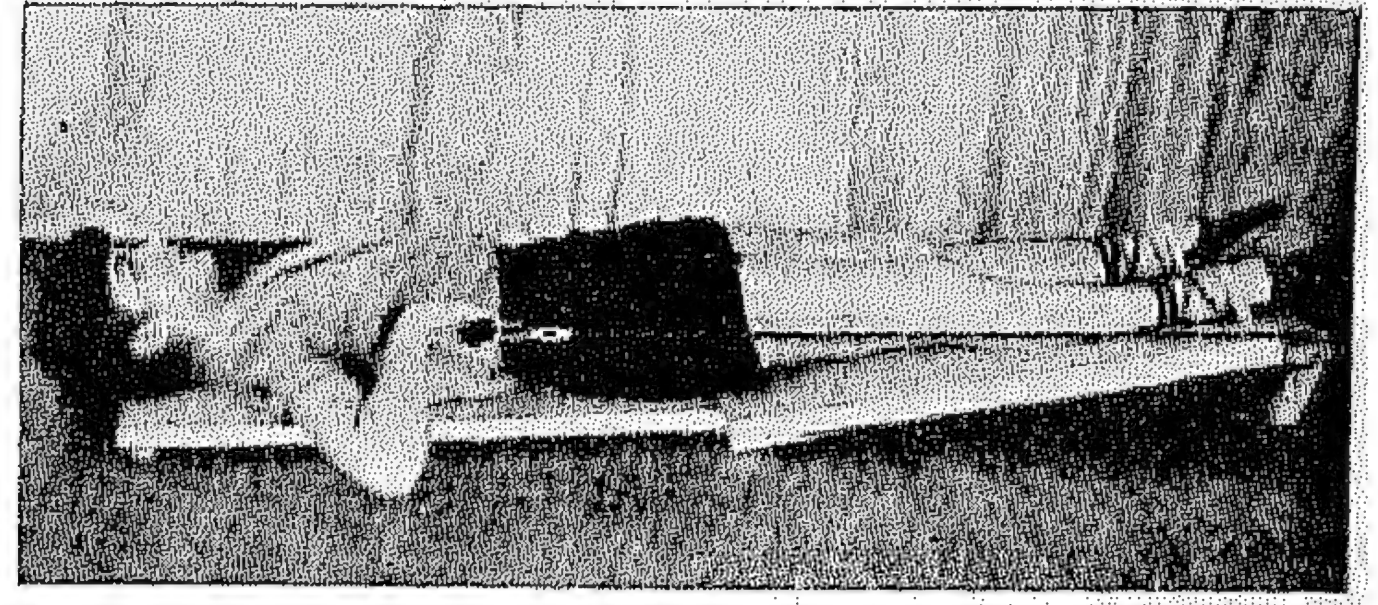
ان كان خصرك مكتنزا

ان كان خصرك عريضا





# وانت في غرفتك

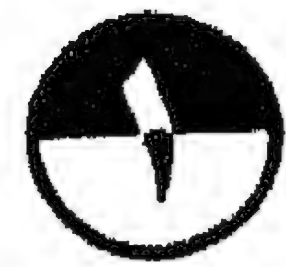


ليس في الامكان دائما أن تقومى بممارسة تمارينك الرياضية بارشاد احدى الاختصاصيات كما أنه ليس من السهل أن تقومى بها بمفردك فان عامل الكسل كثيرا ما يتغلب عليك ويحول بينك وبين الفائدة التي كان في امكانك أن تجنيها من وراء هذه التمارينات .

ولا نجد انفسنا في حاجة الى القول بالفوائد العجبة التي تعود الى الجسم والعقل من وراء الالعاب الرياضية . لذا فاننا نوصي قارئتنا بان تخصصن وقتا لها صباح كل يوم ان أمكن .

وهذا جهاز جديد يتركب من لوحة مزودة بساندو وبلاوحة اضافية بحيث لا تملأ فراغا كبيرا ذلك أن الجهاز يمكن فكه بسهولة فيصبح لوحين من حجم صغير .

واخيرا فان التمارين الرياضية التي تجرى بواسطة هذا الجهاز تنفيذ السيدات مهما كانت سنهن

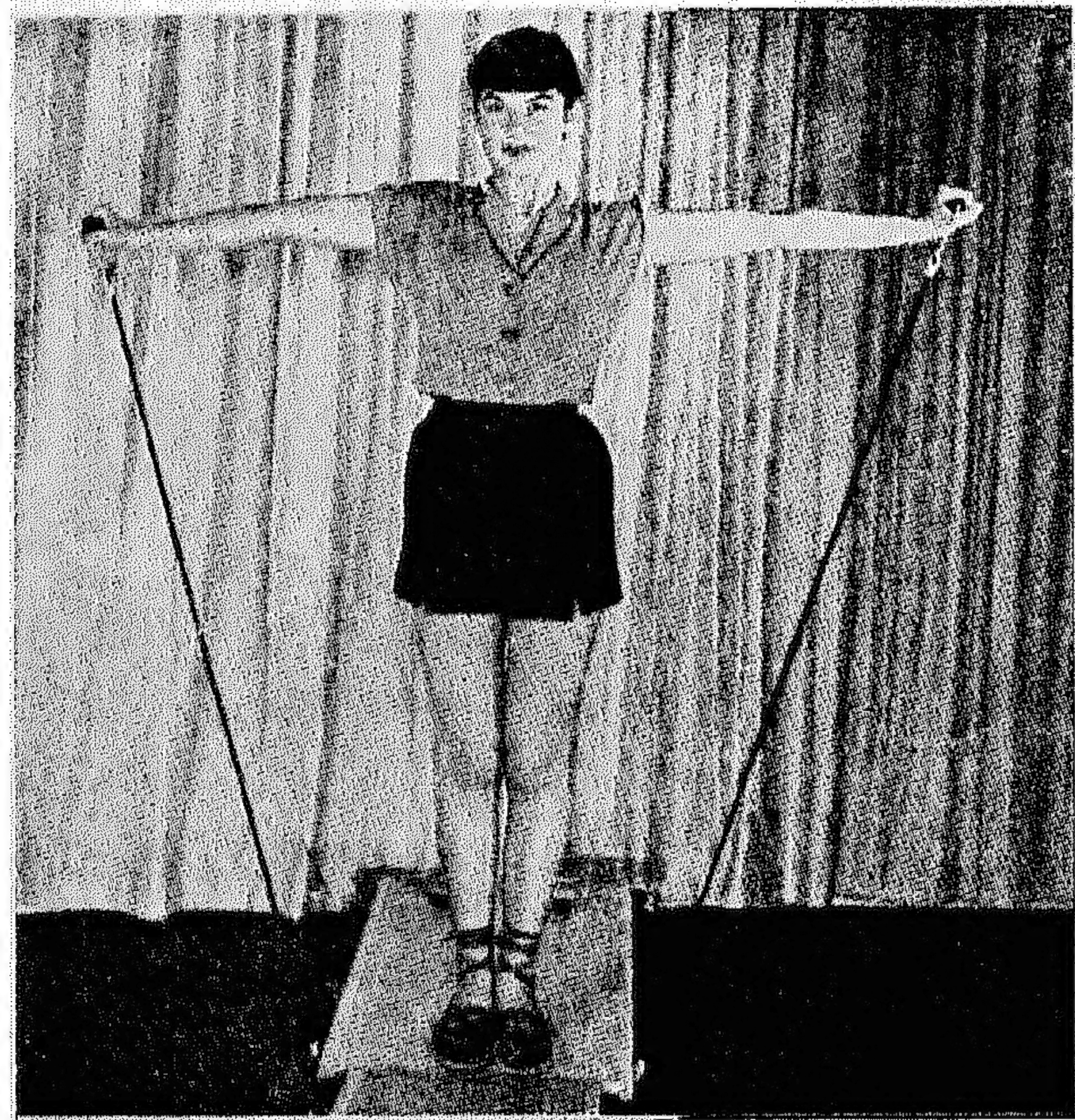


التمرين الاول . انه يحاكي حركة الذي يجذف مع الفرق انها تمتد الى الاستلقاء على الظهر تماما بينما تمسك اليدين بمقبضى الساندو وتجذب حبله المطاطي . ان هذه الحركة تعالج احديداي الظهر وتفيد الكليتين فائدة كبرى

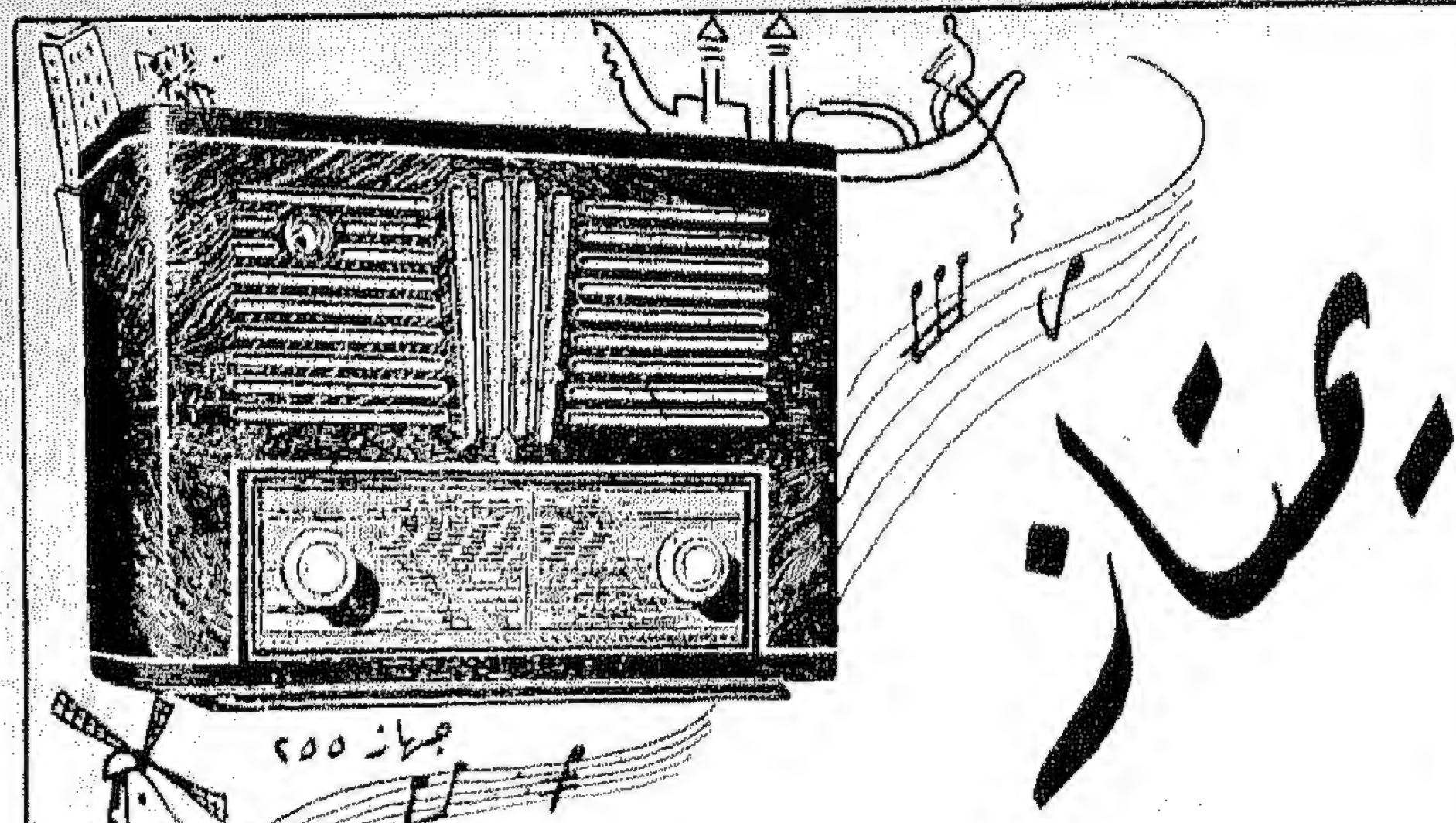


التمرين الثاني : ان الحركات التي تقومين بها وانت في وضعك الافقى تساهم مساهمة فعالة في اصلاح وفتك ذلك أنها تجبر التي تقوم بها على الاحتفاظ بتوازنها . وان هذه الحركات يمكن اجراؤها سواء برفع ذراع واحدة بينما تكون الاخرى نازلة أو بفتح الذراعين الى الجانبين وانزالهما أو برفع الذراعين معا كما هو ظاهر في هذه الصور .

ويمكن تنويع الحركات مع البقاء في نفس الوضع . والمهم انها تصلح وتحسن وفتك وطريقة مسيرك . ودليلنا على ذلك ان الفلاحات اللواتي يحملن الانتقال على رؤوسهن يحتفظن برشاقتهن .







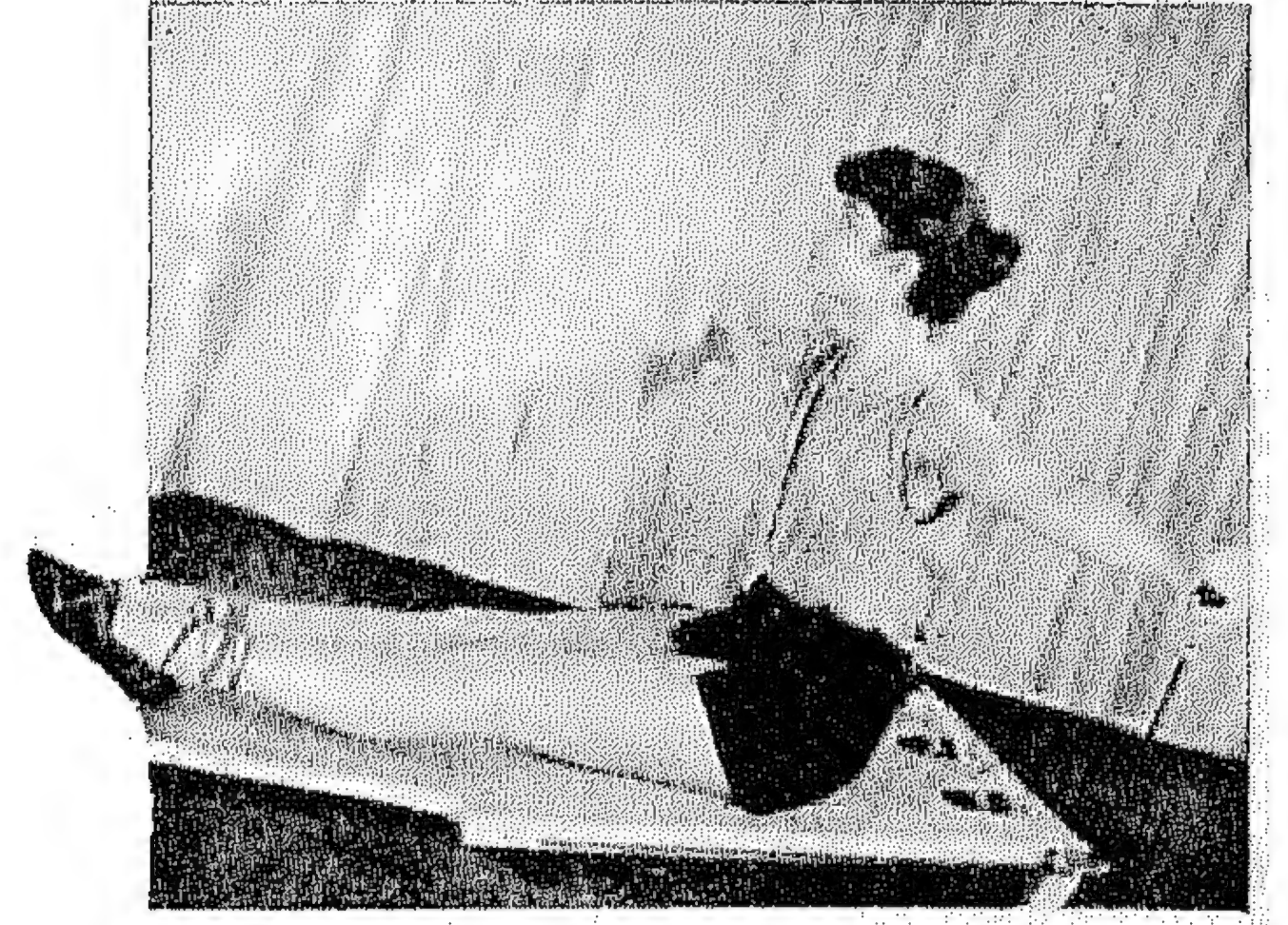
بعذوبة في الصوت  
قوة في الاداء  
صندوق من الخشب الثمين



**SIERA**

**راديو سيرا**

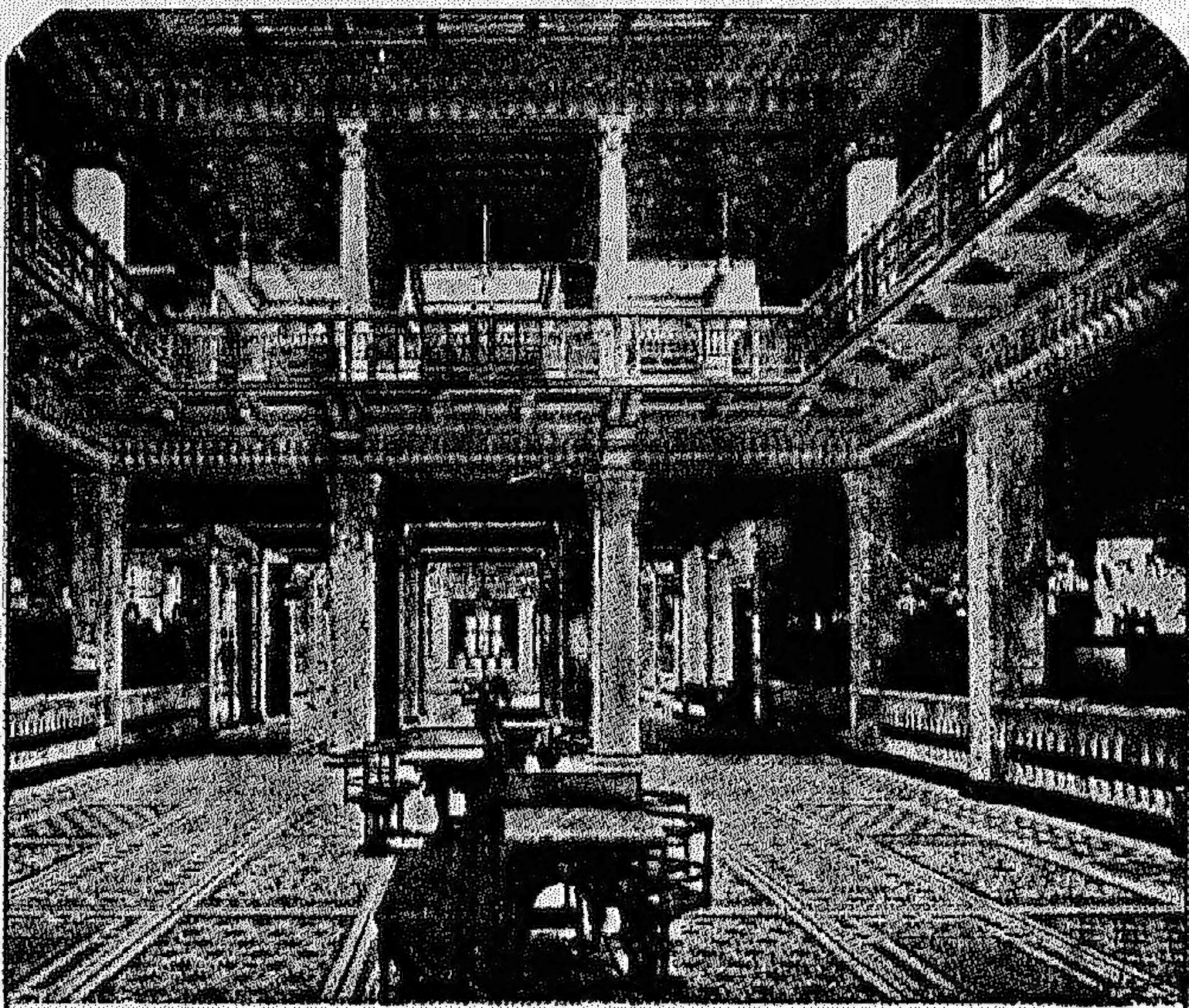
جهاز ٢٥٥



التمرين الثالث : حركة لتقوية  
الصدر وذلك بفتح وقفل الذراعين  
ويمكنك ايضا أثناء فتح الذراعين  
رسم دوائر بيديك . فان هذا  
التمرين الاخير يقوى الجذع  
والخصر .



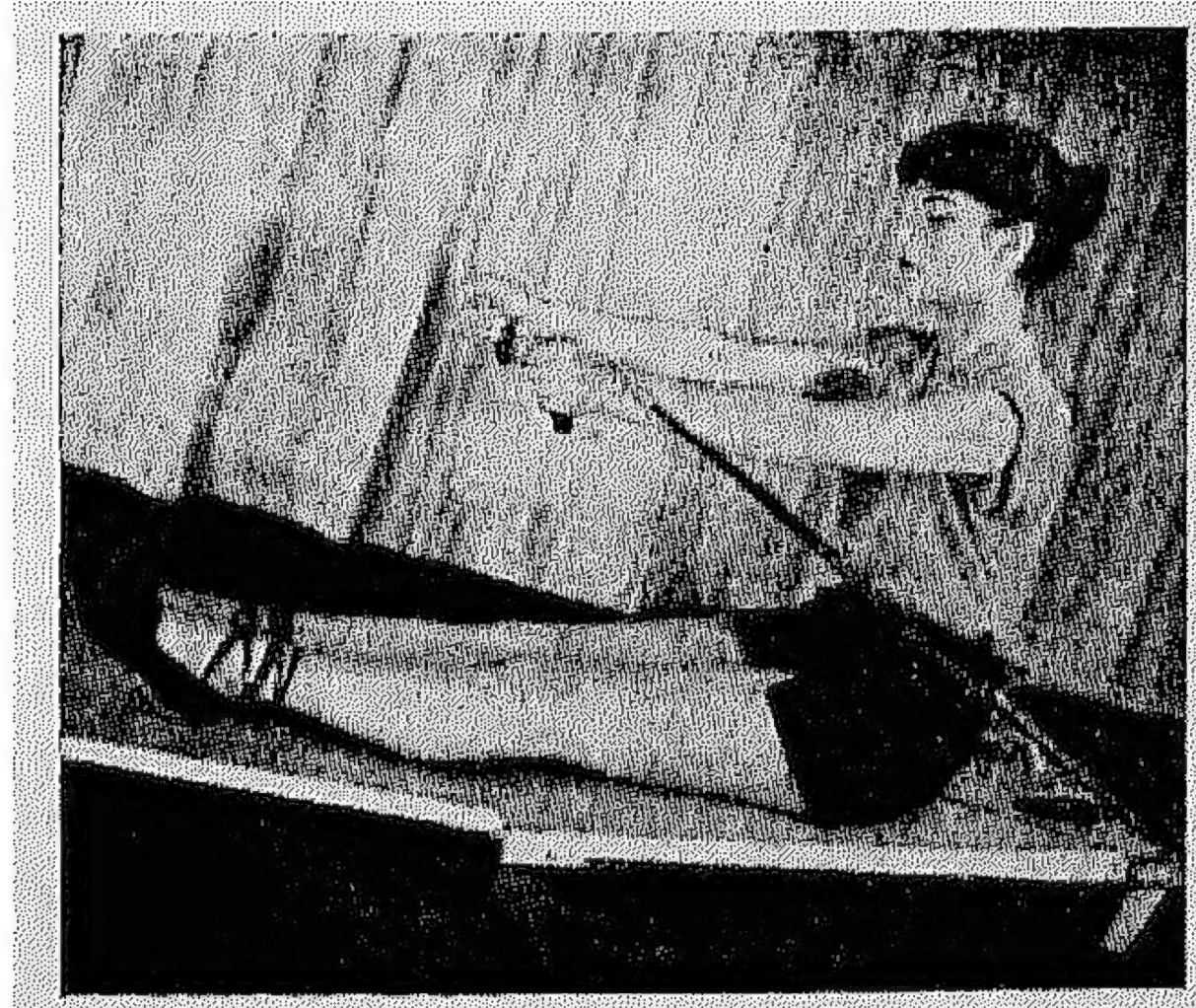
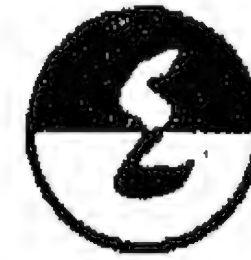
ملحوظة : يمكن الحصول على  
هذا الجهاز من محال بيع الادوات  
الرياضية .



من ت. م. ٢

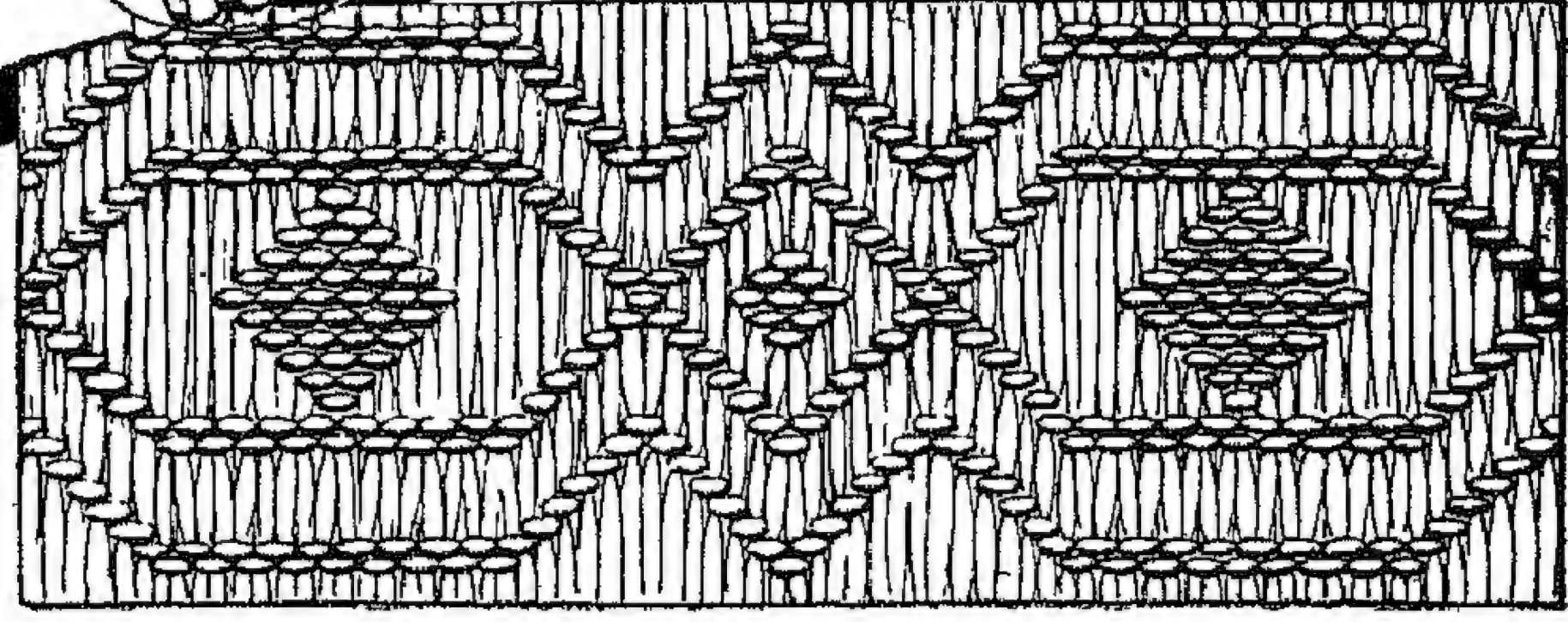
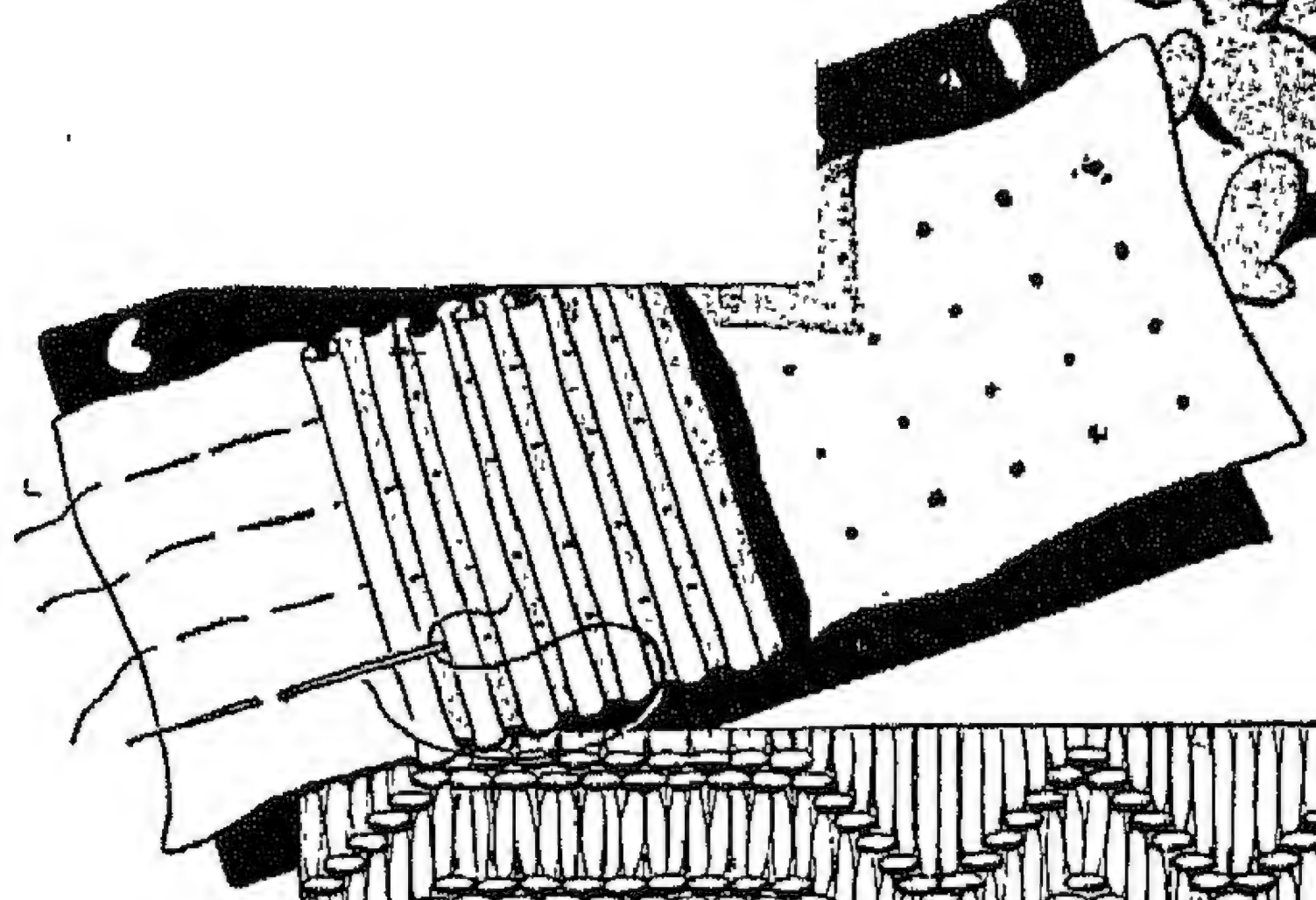
**بنك مصر**  
البنك الذي رفعت العزة المصرية  
وعامتها في الاستقلال الاقتصادي  
مؤسس شركاتها القومية  
منشئ الصناعات الكبرى  
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية  
وزوجه بعواصم المديريات ومدنها الكبرى  
وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخارج .

التمرين الرابع : هذه حركة  
أخرى لتقوية الصدر أيضا . ان  
هذا التمرين ينشط عضلات الصدر  
التي يتركز عليها الشديان  
التمرين الخامس : ادخلي قدميك  
في مقابض الساندو وقومي بعمل  
حركات رأسية أو جانبية . ان  
هذا التمرين يقوى عضلات الاردا  
ويقلل من حجم الفخذين





# طريقة شغل غرزة الاسموكس (خلفية نخل)



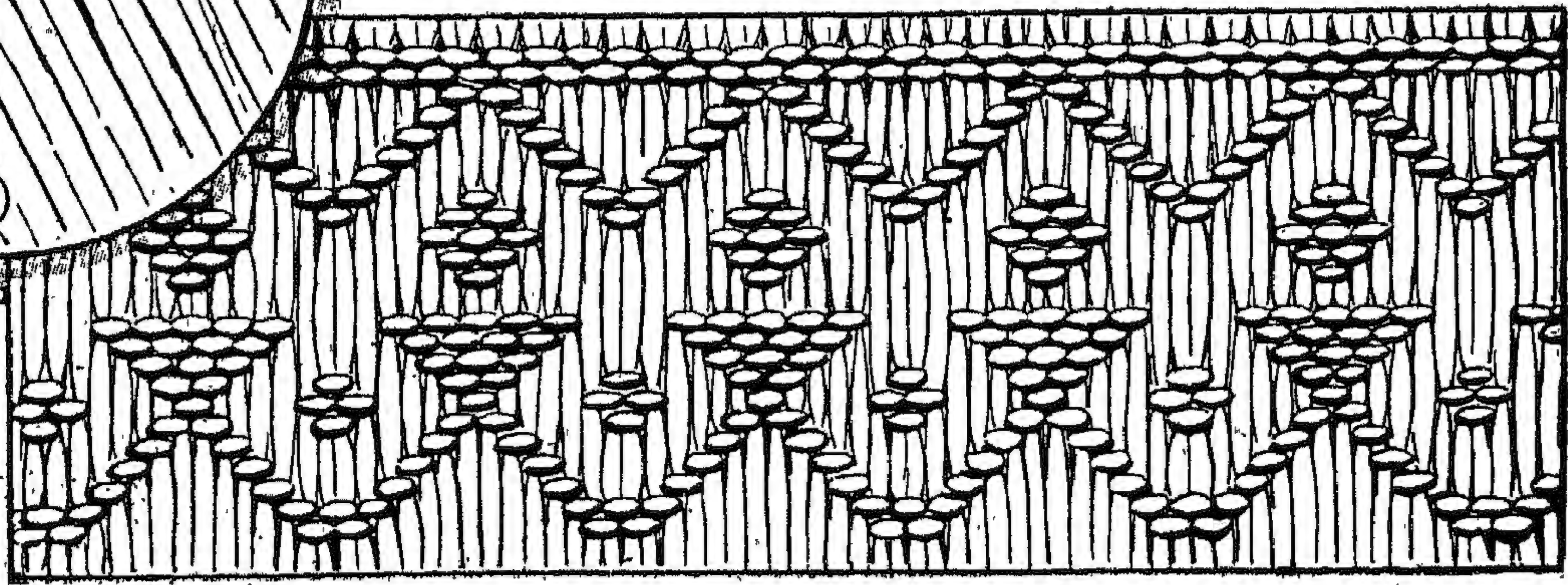
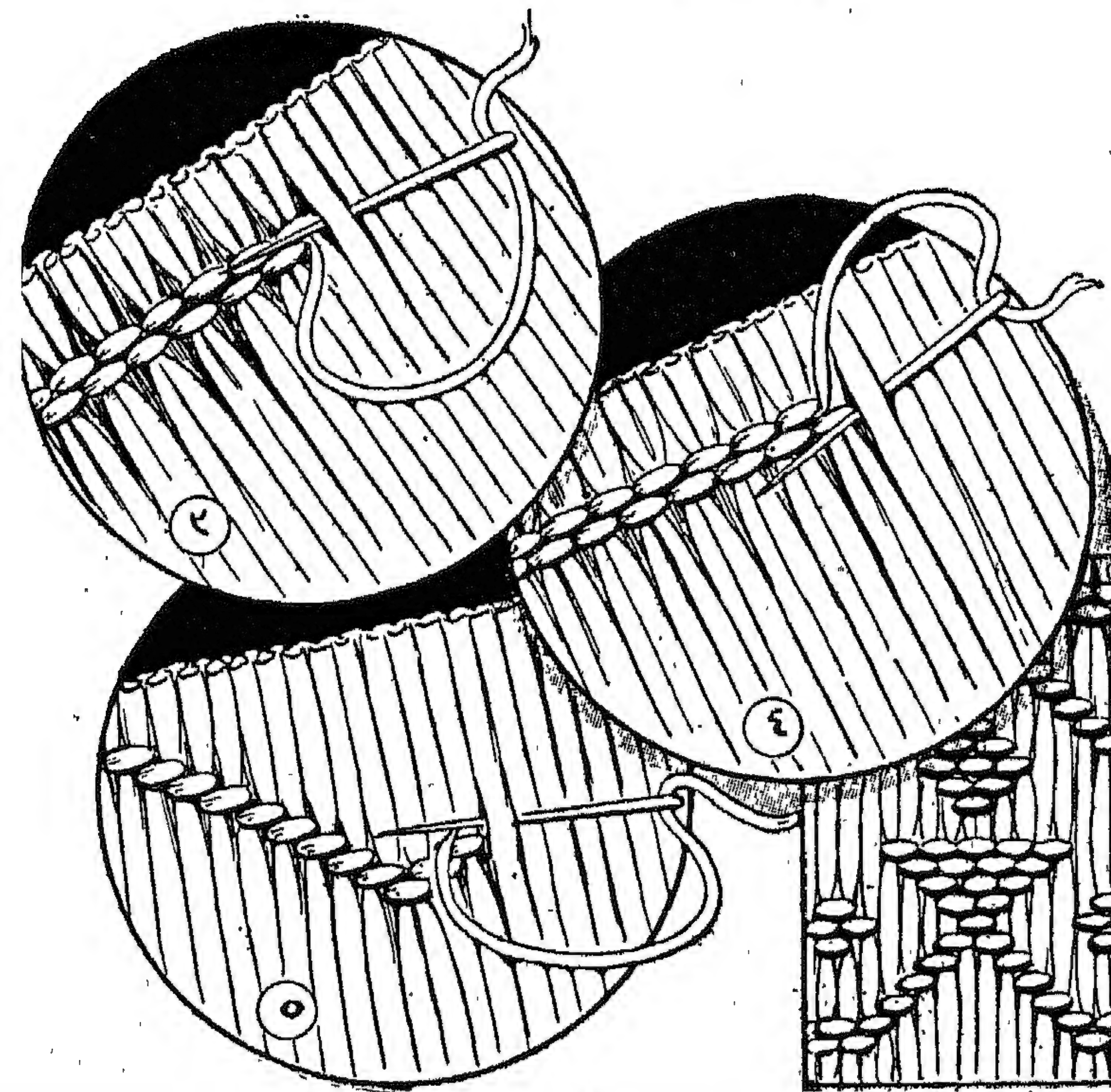
كما هو مبين في النموذج ثم  
اعمل سراج به خيط رقيق  
ومتين بحيث يظهر على وجهه  
القماش ثم شد الخيط  
بحيث يأخذ شكل كسر رفيعة  
متساوية بجانب بعضها كما  
هو مبين في النموذج .  
رابعا : اشبكى على وجهه  
القماش كل كسرتين معا  
بغرزة من الخيط الملون  
المعد للشغل واعمل سطرين  
مختلفين من هذه الغرزة كما  
هو مبين أى ان الغرز لا تكون  
فوق بعضها ثم انقل باقى  
الرسم بهذه الطريقة وعدى  
كل سبع غرز واشتغلها  
بشكل مائل فتظهر على شكل  
V وهكذا حتى تنتهى من شغل  
الرسم جميعه بهذه الطريقة .  
بهيره لطفى

ان طفلت الحبيب يز هو بثوبه الجميل لا سيما ان كان  
من شغل يديك وطريقة غرزة الاسموكس سهلة وهي تصلح  
أيضا لشغل قمصان نومك الحريرية واليك الطريقة .  
نلاحظ أن طريقة تفصيل أثواب الاطفال بسيطة وهي  
سفرة وكول صغيرة مع كمين قصيرين أو طويلين حسب  
الطلب والجزء الذى يشغل عادة هو الجزء العلوى أى الصدر  
فتترك السفرة والاكمام جانبا ونأخذ باقى الثوب ونشغله  
كما يأتى :

أولا : اختارى ألوان خيط تتفق مع لون القماش فاذا  
كان لونه أبيض كان لون الخيط ورديا ولبنيا وأصفر لتجعلى  
من الرسم شكلا جميلا محببا للنظر ولا تكثرى من الألوان  
حتى لا يفقد الثوب جماله ويجب أن يكون الخيط من نوع  
ثابت لكى لا يتأثر من الغسيل

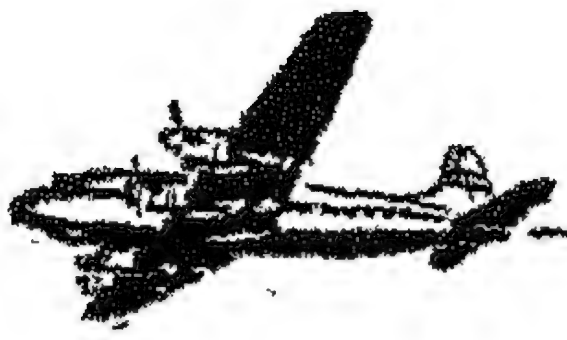
ثانيا : خذى مقاس عرض الفستان مرتين لاجل أن  
يكون الشغل على راحته ويظهر واضحا وان كان القماش  
خفيفا وجب أن يكون العرض من مرتين ونصف الى ثلاث  
مرات

ثالثا : ضعى نقطا خفيفة بقلم الرصاص على ظهر  
القماش وتكون متساوية طولا وعرضا مكونة من عدة أسطر





بمناسبة انقضاء ٢٥ عامًا  
من الخدمة في الشرق الأوسط



ترجموكى شركة  
B.O.A.C.  
عبد السيد  
ولسنة جدد في ترجمة

إفتحت طائرات هرفتل  
التابعة للشركة في أول يناير  
سنة ١٩٢٧ أول الرحلات  
الجوية جئها في الشرق الأوسط  
من القاهرة إلى البصرة .  
لا تزال B.O.A.C في المقدمة بعد مرور  
٢٢ عامًا وهي تطير عبر البحار

وتذكر في السنة الجديدة

سافر بطائرات B.O.A.C

الطرف الجوية B.O.A.C تعنى بك كل العناية

ساهمي في النهضة النسائية

تطوعي في حركة اتحاد بنت النيل  
لكافة الامية بين النساء

سابقة في قصة

## مكان تحت الشمس

انه شاب طموح بنيت نفسه على حب التقدم والرقي ولكن  
الفقر كان يقعه عن بلوغ ما يبتغي الى أن جاء يوم التقى فيه  
بعم له غنى . . . فلما أحس العم بفقر ذلك الشاب دعاه  
ليعمل في أحد محلاته فبقى عنده يعمل مدة طويلة وفي  
خلال تلك المدة نشأت بينه وبين إحدى البائعات علاقة حب  
لم يكن أحد يعلم بها الى أن جاء اليوم الذي بدأت فيه الاقدار  
تضحك من ذلك الشاب وذلك حين دعا العم ابن أخيه الى  
منزله وزف اليه نيا ترقيته مديرا لمحلته وفي هذا اليوم كان  
القدر بالمرصاد اذ تلاقت الاعين وخفقت القلوب وكان اله الحب  
هو المنتصر، فقد أحب ذلك الشاب الطامح ابنة العم الغنى، ولم  
لا يحبها وهي صاحبة الجمال والمال . . . وياليت  
حبهما وقف عند حد فقد جاء اليوم الذي تصل فيه فورة  
الحب الى القمة فلا يستطيع المحب أن يبتعد عن حبيبته . . .  
لقد طلبت ابنة العم الزواج من حبيبها . . .

ولكنها لم تكن تعلم أن حياته ليست ملكا له . . . ففي  
ذات اليوم الذي طلبت فيه ابنة العم الزواج أنباته زميلته  
البائعة وصاحبة الحب الاول أنها تحمل بين جنبها ما يخذى  
كل فتاة . . .

ماذا يفعل يا ترى أنه سئم الفقر والبقاء فيه ويريد أن يعيش  
عيشة سعيدة كالتي يحياها عمه ولكن هنا حمل ثقيل يربطه  
الى الفقر - أقصد تلك البائعة التي تساويه فقرا - .  
فأى الطريقين يسلك يا ترى :

ماذا فعل يا ترى ؟! وماذا فعلت به الاقدار ؟!  
هل تستطيعين أنت يا سيدتى أن تعرفي ماذا فعل  
القدر بهؤلاء الثلاثة ؟!  
انها كما تريد قصة لا بد أن يكون لها نهاية . . . فهل  
تعرفين أنت كيف انتهت ؟!

لقد اتفقت شركة أفلام بارامونت مع بنت النيل على  
أن تقدم لقارئاتها هذه القصة مسابقة بينهن لعلهن يجدن  
لها نهاية تتفق ما حدث فعلا . . .

وقد وصدت شركة أفلام بارامونت جوائز تقدمها  
للقارئات كما أنها ستقدم لأصحاب الحلول التي تقرب من  
الصحة تصريحاً مجانيا لمشاهدة أحد أفلامها ولكي تسهل  
على القارئات الوصول الى الحل نقول ان هذه القصة هي  
جزء من قصة فيلم ( مكان تحت الشمس ) الذي سيعرض  
قريبا ويقوم بدور الشاب فيه مونتجمري كليفتون وبدور  
ابنة العم اليزابيث تايلر وبدور البائعة شيللى ونترز .

وترسل الحلول الى ( مجلة بنت النيل ) في ميعاد  
لا يتجاوز يوم ٢٠ يناير سنة ١٩٥٢ أى قبل موعد عرض  
الفيلم ويكون الحل مصحوبا بالكوبون المنشور أسفل هذا  
الكلام ويجوز لكل قارئة أن ترسل أكثر من حل واحد .

كوبون مسابقة قصة مكان تحت الشمس

الاسم : .....

العنوان : .....



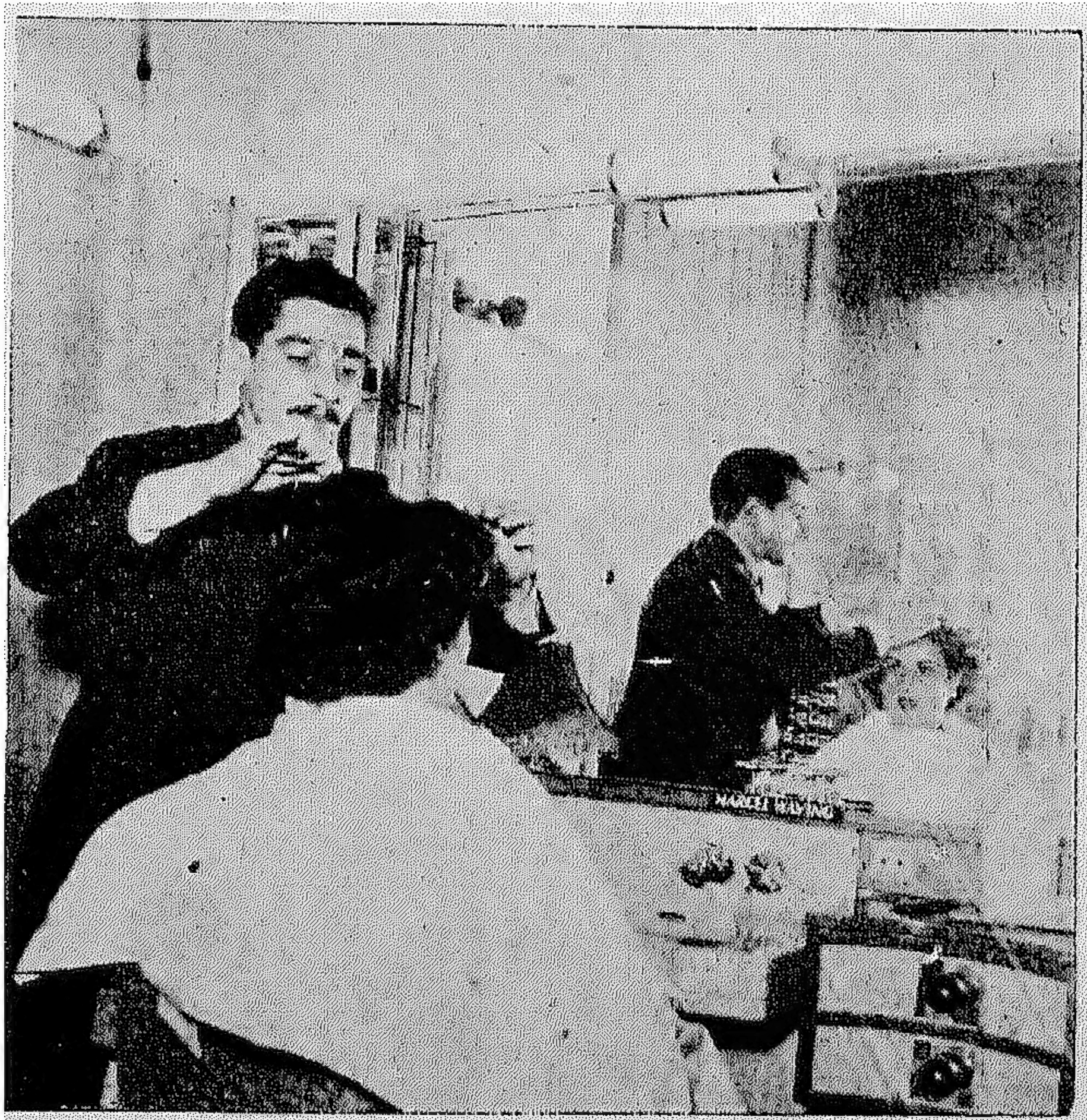
# عذر ليها.. ليها العذر

لقد حسبت أنها فقدت كل شيء ولكنها لم تكن تعلم أنها على باب عهد جديد فتحي

أين أنت أيتها الايام الخوالي؟! يا ليتها ترجع .. يا ليتها تعود ! أيام أن كنت محط أنظار الجميع .. الرجال يعجبون بجمالي .. والنساء يحسدونني عليه ! لا ليهمني كل النساء ولكن يهمني أمر سعاد صديقتي ، هي وحدها التي يهمني أمرها فقد كانت تحسدني على جمالي وتتمنى أن يكون لها بعض منه ... أما اليوم فقد انعكست الآية وأصبحت أنا أحسدها على جمالها وأصبح الجميع يتمنون نظرة منها .. ولكن ليس الذنب ذنبها ولا هو ذنب الايام التي مرت فالله لا يسلب الانسان جمالا منحه اياه ولكنه ذنبي .. وذنبي وحدي .. فأنا المجرمة في حق جمالي .. المفرطة في أعز شيء تنظر المرأة في المرأة من أجله .. آه لو كنت أعلم لماذا فقدت جمالي .. نعم انه ذنبي فقد كنت أضع المساحيق على وجهي .. لا بل كنت أطحها .. اني لا أنكر أنني كنت أبدو جميلة وقتها ولكني لم أعلم أنه سيتخلف على وجهي هذه التجاعيد التي أحاول جهدي أن أتخلص منها .. كم كنت غبية حين كنت استهزئ من سعاد عندما كانت تذهب الى معهد للتجميل العلمي لتضع وجهها بين يدي اخصائية ترتب لها المساحيق وتزيل لها التجاعيد وتجعلها كالزهرة النضرة التي لا تذبل أبدا .

كنت أحسب أن التجميل تستطيعه كل امرأة ولم أكن أعلم أنه قد بنى على قواعد لا يتقنها كل انسان ولا

لم تكن تعلم أن لكل وجه تسريحة ثلاثه



## معهد السيدات الرياضي

### مؤسسة شركة فيليبس

٢٦ شارع حسن صبرى باشا بالزمالك  
( خلف محطة بنزين شل مباشرة )



قبل العلاج

بعد العلاج

|         |                                  |
|---------|----------------------------------|
| ٣٠ - ٥٠ | تدليك طبي كامل أو نصفى           |
| ٢٠      | تدليك طبي للوجه ولازالة التجاعيد |
| ٢٠ - ٣٠ | حمام بخار كامل أو نصفى           |
| ١٥      | دوش للصدر لرفعه وتقويته          |
| ٢٠٠     | ١٢ حصة ألعاب خلال شهر            |

وتقوم السيدات بمختلف المهام ، وغير مسموح بدخول الرجال

وتدير المعهد حاصلة على دبلوم التربية البدنية العالي مع التخصص فى لندن

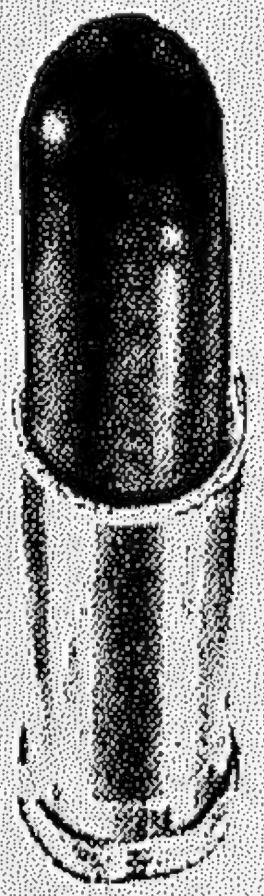
والمواعيد من ٨ر٣٠ صباحا الى ١ ظهرا ومن ٣ر٣٠ الى ٦ر٣٠ مساء



يظل نائبا طول اليوم!  
لا يترك أثرا

لا يحجب أبدا

ألوانه جذابة



المعجزة الكبرى:

أحمر الشفاه الثابت

أنديل كريم

Revlon

بياع بجميع المحلات التجارية الكبرى



كانت تجهل ان المكياج فن ...!

وجهها وتعمل المكياج بنفسها  
ثم تختار لنفسها التسريحة  
الملائمة ... فلماذا اذن لا تبدو  
في جمال تلك التي تعهد  
لاخصائية التجميل بهذه  
العملية ... لا بد أن في الامر  
سرا ...

فما هو السر يا ترى؟!  
أجيبيني أيتها الاخصائية  
وقصي على أسرار الجمال؟!  
ولكنها قالت لي: أتريد أن  
تعرف في لحظات ما تعلمته  
أنا في سنين طويلة ... لا  
ان الحديث في هذه الامور  
يطول ... عد الى مرة ثانية  
وسأختلس من وقت عميلاتي  
بعض اللحظات أدلك فيها على  
بعض الطريق الى الجمال ...  
قالت هذا ثم اعتذرت  
بلباقة وتركتني لتقوم  
بواجبها نحو احدي عميلات  
معهد التجميل ...

خرجت من هناك وأنا  
مصمم على أن أعود الى معهد  
التجميل العلمي مرة ثانية  
لأعرف أسرار الجمال ...  
نعم سأعود اليه حتما ...  
وستعودين معي يا سيدتي  
فالى اللقاء في عددنا القادم

أخذت هذه الصور بالمعهد  
العلمي للتجميل - ٣٧  
شارع عبد الخالق ثروت

يحدثها الا الخبراء القليلون  
وللاسف عرفت هذا بعد أن  
امتلا وجهي بالغضون وغطته  
التجاعيد ... فماذا أفعل  
يا ربى؟! أرشدني الى الحل  
يا بنت النيل ...

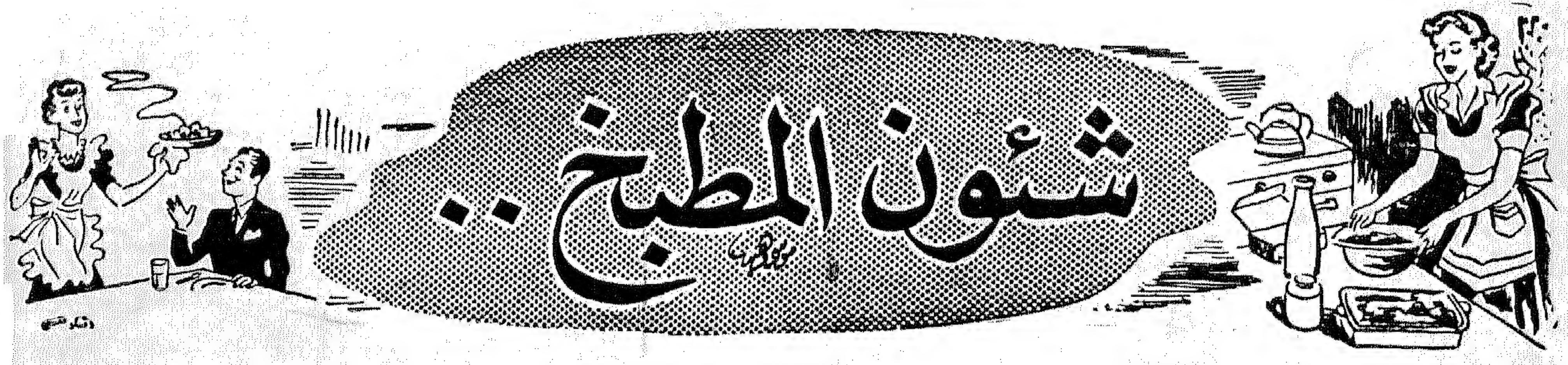
قرأت هذه الرسالة  
وصممت على أن أمنع المأساة  
من أن تتكرر مع نساء غير  
صديقتنا هذه فحاولت أن  
أعرف أسرار الجمال ولكني  
لم أستطع سوى أن أرى  
بعيني ما يحدث حين تذهب  
أية امرأة لتعيد لوجهها جماله  
أو لتحفظ له رونقه وبهاءه ...

ذهبت الى معهد التجميل  
العلمي وهناك وجدت أن  
راغبة الجمال تنال بغيتها  
حتميا ولكن في نظير شيء  
واحد ... هو الطاعة!

عليها أن تطيع اخصائية  
التجميل فهي التي تتولى  
بيدها ازالة الغضون وبعث  
الجمال من جديد ... فلا بد  
من المساج أولا ثم المكياج  
الذي يعمل بطريقة خاصة  
وبترتيب معين وبعد ذلك  
لا بد من المساج

لا بد من تسريحة تلائم وجهك  
تماما وتجعله مشرقا جذابا ...  
ولكن أليس هذا هو ما  
تعمله كل سيدة: فهي تدلك





للمهكت صبحى



## كعكة الشاي الرخامية

سهلة الصنع واقتصادية ، طعمها لذيذ ، كذا منظرها  
فى التقديم . قدميها لزائريك مع الشاي أو القهوة

المقادير :

ربع أقة سكر بودرة  
ملعقتان صغيرتان خميرة  
بيكنج بودر  
فانيليا  
ملعقة كبيرة كاكاو  
ربع أقة دقيق  
بيضتان  
كوب لبن  
ربع كوب سمن

الطريقة :

١ - اضربى السمن مع السكر جيدا حتى يصير كالقشدة  
٢ - اضربى البيض وأضيفى اليه اللبن والفانيليا ثم  
أضيفيه الى مزيج السمن والسكر ويزمج جيدا  
٣ - أضيفى الدقيق بعد نخله وأخيرا أضيفى الخميرة  
وقلبى الجميع جيدا حتى تصير العجينة سهلة الانزلاق  
من على الملعقة .

٤ - ضعى مقدار ربع العجينة السابقة فى سلطانية صغيرة  
وأضيفى اليها الكاكاو بعد نخله ويزمج جيدا حتى تتلون  
العجينة بلون الشكولاتة

٥ - ادهنى قالب كعك مستطيل دهنا جيدا بالسمن ثم  
رشيه بالدقيق وصبى فيه نصف مقدار العجينة البيضاء ثم  
صبى فوقها جميع كمية عجينة الشكولاتة ثم باقى العجينة  
البيضاء وساوى العجينة فى القالب بشرط أن يكون الوسط  
منخفضا قليلا عن الجوانب حتى لا ترتفع من الوسط أثناء  
الخبز ويحدث تشقق فى سطحها

٦ - تخبز فى فرن ساخن حتى تنضج ويمكنك معرفة  
ذلك باختبارها بغمس سبغ رفيع داخل الكعكة فإذا خرج  
نظيفا دل ذلك على نضجها .

صحن اليوم  
كفتة الطعمية ( طعمية بالدمعة)  
سلطة خضار  
يوسف افندى

## كفتة الطعمية

المقادير :

٢ كوب فول نابت  
حزمة مقدونس  
حزمة كزبرة خضراء  
نصف رطل طماطم  
ملعقة كبيرة كسبرة جافة  
ناعمة  
نصف رأس ثوم  
بصلة كبيرة  
ملح وشطة  
زيت للتحمير

الطريقة :

١ - قشرى الفول ويفصص ثم يفرم بمفرمة اللحم  
مرتين بالمفرمة الناعمة حتى ينعم تماما

٢ - اغسلى الخضر وقشرى البصل والثوم ثم يقطع  
بالسكين ويفرم بمفرمة اللحم

٣ - اخلطى الجميع وأضيفى الكزبرة الجافة والملح  
والشطة واضبطى الطعم واذا ظهر ان الخليط غير ناعم  
فدقيه دقا جيدا فى الهاون حتى ينعم .

٤ - شكلها على شكل كور صغيرة مثل الكفتة وحمريها  
فى الزيت حتى تحمر تماما

٥ - اعملى الدمعة بأن تقشرى بصلة متوسطة وتقطع رفيعا  
ثم حمريها فى الزيت ثم أضيفى اليها الطماطم المصفاة وتترك  
على النار حتى تتسبك الدمعة

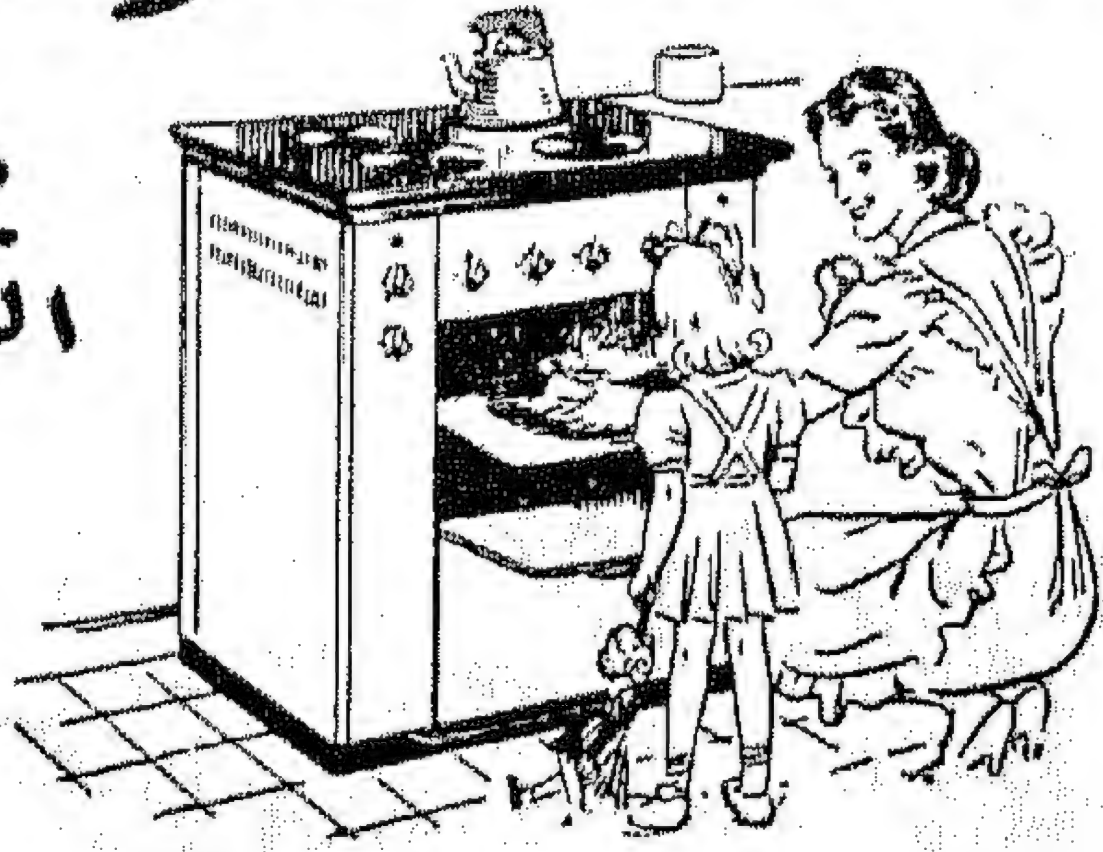
٦ - أضيفى اليها قليلا من الماء وتترك حتى تغلى ثم أضيفى  
اليها الطعمية المحمرة وتترك تقلى لمدة خمس دقائق فقط حتى  
تلين الطعمية نوعا كما فى كفتة اللحم بالدمعة .

٧ - تعرف ساخنة فى أطباق عميقة وتقدم ، وقدمي معها  
سلطة الخضر .



# أفران كهربائية "هوسكوارنا" ماركه

صنع  
السويدي



٣٧١٦٨

أولاد نرسييس تشاكيجيان وشركاهم  
١٧ ميدان محمد علي الكبير - القاهرة ت ٤٥٣٦٢

٧ - قلب من القلب فوق منخل سلك وتترك حتى تبرد  
٨ - عند التقديم قطعها الى شرائح متوسطة السمك وترص في طبق مسطح ، كما هو موضح بالرسم  
ملحوظة :

١ - يمكنك استبدال الكاكاو باضافة ملعقة كبيرة من الزبيب وملعقة من البندق المجروش الى العجينة أو اضافة ملعقة كبيرة مبشور جوز هند

٢ - يمكنك استبدال القلب المستطيل بصينية مستديرة وبعد نضجها ادهني السطح بقليل من المربي السائلة نوعا ثم ترش بطبقة من مبشور جوز الهند لتبدو في مظهر التورته كما هو موضح بالرسم .

\*\*\*

## مربي البرتقال

بادري بعمل مربى البرتقال قبل انتهاء موسمهم وهي من الانواع التي يمكن حفظها طول العام . فهي مفيدة ولذيذة وتوفر عليك كثيرا من النفقات .

المقادير :

١٢ برتقالة ، سكر سنترفيش ، عصير ليمون

الطريقة :

١ - انتخبي البرتقال ذا القشرة السمكة لعمل المربي ثم اغسليه جيدا وجففيه ثم ابشريه .

٢ - افصلي القشر عن اللب ثم قطعيه الى شرائح رفيعة مثل عيدان الكبريت .

٣ - ضعي القشر المقطع في حلة وغطيه بالماء البارد ثم ارفقيه على النار واتركيه يغلي حتى ينضج ويلين ثم يصفى من مائه

٤ - انزعى البذور من اللب وضعيها في حلة صغيرة وغطيها بالماء البارد وارفعيها فوق نار هادئة واتركيها تغلي لمدة ١٠ دقائق ثم ارفعيها من على النار وضعيها واحتفظي بالماء المتخلف من التصفية

٥ - صفي البرتقال من مصفاة واسعة الثقوب واضيفي اليه بالماء المتخلف من اغلاء البذور ثم اضيفي اليه القشر المقطع المسلوق

٦ - يكال الجميع وخذي لكل كوب منه مقدار كوبه مماثلة من السكر السنترفيش ثم ارفعي الجميع فوق نار هادئة مع التقليب حتى يذوب السكر

٧ - ارفعي حرارة النار وتترك المربي تغلي مع نزع الريم كلما ظهر وقرب النضج اضيفي عصير الليمون بنسبة ملعقة كبيرة لكل ٤ كوبات اخذت من السكر

٨ - اتركى المربي على النار حتى تنضج وتأخذ قوامها المعتاد .

٩ - تنزع من على النار وتترك حتى تهدأ وتعبأ ساخنة في برطمانات جافة ويحكم غطاؤها واحفظها في مكان هادئ .



أعملى هذه  
الحلوى اللذيذة  
بنفسك

لا فشل ... لا فقدان للمواد التي تستعملها فان خمرة رويال تجعلك تطفئني الى خبزك بالمنزل وتتيح لك عمل الد انواع الكعك والحلوى

مجانا

اطلبى نسخة مجانية من كتاب رويال للطهى ( والذى ألفته التي تفصيلتها ) من م . ل . فرانكو وشركاه س . بنتو وشركاه ( خلفاء ) شنته بريد بالقاهرة

ترجع الشهرة العالمية  
خميرة  
رويال

الى نجاحها المنتظم في كل منزل



**ملحوظة:** اذا أردت الاقتصاد في وجبات غذائك اليومية فاطهي جميع خضرواتك على بهريز العظم مستغنية به عن استعمال اللحوم وستحصلين على نفس القيمة الغذائية ، أما اذا أردت أن تكون مائدتك متعددة الاصناف فقومي بعمل صنف من أصناف اللحوم قائم بذاته علاوة على الاصناف المذكورة بهذه القائمة . كذلك يمكنك استبدال الفاكهة بعمل بعض أصناف الحلوى التي تتفق مع ميزانيتك .

## طعامك في يناير

**الثلاثاء ٨ يناير**  
مسقعة قرنبيط بدون لحم  
أرز مفلفل ، سلطة خس ،  
فاكهة

**الاربعاء ٩ يناير**  
فاصوليا جافة مكمورة ،  
سلطة خضار ، فاكهة

**الخميس ١٠ يناير**  
مسقعة باذنجان بدون  
لحم ، سلطة زبادي ،  
مكرونه ، فاكهة

**الجمعة ١١ يناير**  
سمك مقل ، كزبرية  
سمك ، فجل أخضر ،  
فاكهة

**السبت ١٢ يناير**  
بازلاء مكمورة بدون لحم ،  
أرز مفلفل ، مخلل ،  
فاكهة

**الاحد ١٣ يناير**  
كرنب محشو ، دمه ،  
سلطة كرنب

**الاثنين ١٤ يناير**  
بضاره ، مخلل ، فاكهة

**الثلاثاء ١٥ يناير**  
فاصوليا خضراء مكمورة ،  
أرز مفلفل ، فاكهة

**الثلاثاء أول يناير**  
سبانخ مكمورة على بهريز  
العظم ، أرز مفلفل ،  
فاكهة

**الاربعاء ٢ يناير**  
حساء العدس ، عدس  
مطبوخ ، فجل أخضر ،  
فاكهة

**الخميس ٣ يناير**  
لحم بالدمعة ، خبازة أرز  
مفلفل ، فاكهة

**الجمعة ٤ يناير**  
كوسة مكمورة بدون لحم ،  
مكرونه ، سلطة خضار ،  
فاكهة

**السبت ٥ يناير**  
فول نابت باليخني  
( الفولية ) سلطة خضار  
فاكهة

**الاحد ٦ يناير**  
قلقاس بالخضرة ، أرز  
مفلفل ، مخلل ، فاكهة

**الاثنين ٧ يناير**  
فاكهة  
كفتة الطعمية ( طعمية  
بالدمعة ) سلطة طحينة ،



**بريق ساحر!  
لمعان مذهش!  
تألق!**

بفضل

**«براسو»**



**زهرة  
كولمان**

**شاشة وبقجة  
تزيين نفسك بإصا**

**إبحث عن رأس الثور**

على البطاقة الصفراء

س ن ٢٤٥٨٨

٣٤-٣٥

**بنت النيل**  
المجلة النسائية الاولى في الشرق  
واظبي على قراءتها



# شركة مصر للغزل والنسيج الرفيع من القطن المصري

## مصانع كفر الدوار

### تقرير مجلس الإدارة

القاه حضرة صاحب السعادة الدكتور حافظ عفيفي باشا  
على الجمعية العامة العادية للمساهمين المنعقدة بدار بنك  
مصر بالقاهرة في يوم الجمعة الموافق ٢١ ديسمبر سنة ١٩٥١

### حضرات المساهمين :

يسرنا أن ننهي اليكم أن وحدة  
النسيج البانية المتممة لمصانع  
الشركة حسب البرنامج المرسوم  
الذي أشرنا إليه في تقاريرنا السابقة  
قد دارت أنوالها بالكامل مع أنوال  
الوحدة الأولى خلال هذا العام .  
وأن نتاج الأقمشة قد بلغ نتيجة  
لذلك أكثر من ٦٧ مليون ياردة أي  
بزيادة قدرها عشرة ملايين ياردة  
عن العام الماضي .

وتعلمون حضراتكم أن انتاج  
الغزل كان قبل تشغيل أنوال هذه  
الوحدة الجديدة يفيض عن حاجة  
أنوال الوحدة الأولى ، ولذلك كان  
هناك مجال لتصدير الفائض من  
الخيوط إلى الخارج أو لبيعها في  
السوق المحلية . أما وقد تم  
تشغيل أنوال الوحدة معاً فإن  
انتاج خيوط الغزل الذي بلغ في  
هذا العام مستواه الذي كان عليه  
في العام الماضي ومقداره تسعة الاف  
طن قد كفى حاجة جميع أنوال  
الوحدتين ولم يعد هناك فائض  
يمكن عرضها للبيع في الداخل أو  
الخارج .

وبذلك قد اكتمل التوازن بين  
انتاج مصانع الغزل ومصانع  
النسيج وهو التوازن الذي كانت  
تهدف إليه الشركة وتسمى إلى  
تحقيقه منذ البداية

هذا وتعلمون حضراتكم أن أسعار  
القطن كانت خلال العام هادئة  
لتقلبات عفيفة نتيجة لأسباب كثيرة  
منها عجز المحصول العالمي عن الوفاء  
بحاجة الاستهلاك وكان لذلك أثره  
البالغ في ارتفاع أسعار القطن  
المصري ارتفاعاً كبيراً أدى إلى زيادة  
الاعباء التي تنوء بها الصناعة  
المحلية .

ولم يكن هناك مناص ، إزاء  
هذا الارتفاع ، من زيادة أثمان  
المسوجات وخيوط الغزل تمشياً  
مع زيادة أسعار القطن ولكن شركتكم  
زادت أثمان منتجاتها بنسبة ضئيلة  
رغبة في التيسير على المستهلكين  
وقد ساعدها على ذلك قرار الحكومة  
في شهر ديسمبر سنة ١٩٥٠ الخاص  
بالاستيلاء على جانب من الاقطان  
المتوسطة التيلة وتوزيعها على مصانع  
الغزل والنسيج . كما قد ساعدها  
على ذلك أيضاً اتباع السياسة التي  
رسمها مجلس إدارة شركتكم منذ  
انشائها والتي ترمي كما تعلمون  
حضراتكم إلى تخفيض تكاليف  
الانتاج ، هذا فضلاً عن متابعة  
الجهود التي تبذلها شركتكم لتنويع  
الانتاج وتحسينه

ويسرنا أن نحيط حضراتكم علماً  
بأن كل هذه العوامل قد أدت بنا  
إلى الاحتفاظ بالمستوى العالي  
الذي بلغته منتجات شركتكم كما  
أدت أيضاً إلى فتح أسواق جديدة  
أمام منتجاتنا في الأسواق الخارجية  
فقد صدرت الشركة هذا العام  
زهاء مليون ونصف مليون ياردة  
إلى الباكستان وسيلان وهولندا  
وانجلترا والسودان وجنوب أفريقيا  
كما صدرت أيضاً جانباً من خيوط  
الغزل إلى السويد والنرويج والمجر  
ونعتقد أن ما تبذله شركتكم في  
سبيل اتقان انتاجها من جهد وعناية  
مضافاً إليه تلك الأساليب الفنية  
الحديثة التي تستعين بها زميلتنا  
شركة صباغى البيضاء في صناعة  
الصباغة والتجهيز كفيل بفتح  
أسواق جديدة أخرى وبتهيئة  
أقدامنا فيها وبالتالي بانتعاش  
الصادرات من الأقمشة المصرية

ومن المفهوم طبعاً أنه لا يمكن  
أن يتم ذلك على الوجه الأكمل إلا  
بمعاونة الحكومة نظراً للوضع الخاص  
الذي انفردت به هذه الصناعة  
المصرية - إذ هي ملزمة قانوناً  
باستخدام الاقطان المصري وحدها  
مهما طرأ على أثمانها من ارتفاع  
بينما الصناعة الأجنبية تفوز  
بالأسواق الخارجية بمنتجات مماثلة  
مصنوعة من أقطان أخرى رخيصة  
الثلث . ولذلك يلقي انتاجنا في  
تلك الأسواق منافسة غير عادلة .  
ونرى من واجبنا أن نلفت النظر  
إلى ذلك راجحاً أن يعيد ولادة الأمور  
البحث في مسألة العودة إلى  
استئناف العمل بنظام إعانة الصادر  
من الأقمشة والخيوط تنشيطاً  
لتجارة مصر الخارجية ، وحلاً  
لمشكلة زيادة الانتاج عن حاجة  
الاستهلاك المحلي - تلك المشكلة  
التي تفاقمت خطورتها منذ إلغاء  
نظام الإعانة وزاد من حدتها أخيراً  
ذلك الارتفاع الذي طرأ على أثمان  
القطن خلال العامين الماضيين

### الميزانية

إن أهم ما يسترعى النظر في  
أبواب الميزانية المعروضة على  
حضراتكم زيادة رأس المال من ٥٠٠  
الف جنيه إلى مليون جنيه بناء  
على قراركم في اجتماعكم غير العادي  
بتاريخ ١٩ أكتوبر سنة ١٩٣٨  
وتفويضكم مجلس الإدارة في إصدار  
أسهم بقيمة الزيادة على دفعة  
واحدة أو على دفعات في الأوقات  
وبالشروط التي يراها مناسبة .

وقد تم الاكتتاب في هذه الزيادة  
في شهر مارس سنة ١٩٥١  
كذلك تجدون حضراتكم في هذه  
الميزانية لأول مرة «حساب احتياطي  
التوسيعات» وقدره ١٧٥ ألف  
جنيه الذي رأى مجلس الإدارة  
حجزه من أرباح هذا العام لمواجهة  
جانب من مشروع التوسع في محطة  
توليد الكهرباء الذي اقتضاه  
استكمال إدارة الوحدة الثانية  
للمصانع وزيادة المنشآت الإضافية

### توزيع الأرباح

بلغ صافي  
أرباح الشركة عن  
السنة المنتهية في  
٣٠ سبتمبر سنة  
١٩٥١ ٧١٧ ٣٩٢٦٤١  
يخصم منه طبقاً  
للمادة ٥٧ من  
القانون الأساسي:  
(أ) ١٠٪ احتياطي  
قانوني ١٧٢ ٣٩٢٦٤  
(ب) حصة أولى  
للمساهمين بواقع  
٥٪ من رأس المال  
المدفوع وقدره  
٥٠٠٠٠٠ ٠٠٠  
مبلغ ٥٠٠٠٠٠ ٠٠٠

١٧٢ ٨٩٢٦٤  
٥٤٥ ٣٠٣٣٧٧  
الباقي (ج) ١٠٪ منه  
لأعضاء مجلس  
الإدارة ٧٥٥ ٣٠٣٣٧  
الباقي بعد ذلك ٧٩٠ ٢٧٢٠٣٩  
يضاف إليه المرحل  
من العام السابق  
وقدره ٥١٨ ٦٤٨٧  
فيكون المجموع ٣٠٨ ٢٧٩٥٢٧  
يوزع منه ربح  
إضافي للمساهمين  
بواقع ٢٠٪ من  
رأس المال ٠٠٠ ٢٠٠٠٠٠  
الباقي ٣٠٨ ٧٩٥٢٧  
يرحل منه لحساب  
احتياطي  
التوسيعات ٠٠٠ ٧٥٠٠٠  
الباقي ويرحل  
للعام القادم ٣٠٨ ٤٥٢٧

فاذا وافقتم على هذا التوزيع  
يصبح ربح السهم الواحد ١٠٠  
قرشاً (مائة قرش) يخصم منه  
الضرائب المستحقة قانوناً ويصرف  
الباقي من بنك مصر مقابل تقديم  
الكوبون رقم ٩ مرفقاً بالأسهم  
ابتداءً من يوم الأربعاء الموافق ٢٦  
ديسمبر سنة ١٩٥١

المرجو من حضراتكم إذا وافقتم  
على هذا التقرير وعلى ما جاء به :  
أولاً - التصديق على حسابات  
الشركة وميزانيتها عن السنة  
المنتهية في ٣٠ سبتمبر سنة ١٩٥١  
وأخيراً طرف أعضاء مجلس الإدارة

عن كل ما يتعلق بإدارتهم في تلك  
السنة

ثانياً - الموافقة على توزيع  
الأرباح كاقترح مجلس الإدارة  
ثالثاً - الموافقة على إعادة  
انتخاب حضرات الأعضاء الذين  
انتهت عضويتهم أو اختيار غيرهم  
بمجلس الإدارة

رابعاً - اعتماد ضم حضرة  
الدكتور محمد زكى عبد المتعال بك  
وحضرة صاحب العزة محمد رشدي  
بك إلى عضوية مجلس الإدارة

خامساً - تعيين مراقبين لمراجعة  
حسابات الشركة عن سنة ١٩٥١ -  
١٩٥٢ أو إعادة تعيين مكتب الخبراء  
المحاسبين (رسل وشركاه) وتفويض  
مجلس الإدارة في تحديد أتعابهم  
شركة مصر للغزل والنسيج الرفيع

### من القطن المصري

شركة مساهمة مصرية  
مركزها الرئيسي بالقاهرة ومصانعها  
بكفر الدوار

سجل تجارى رقم ٢٧٩٧٠ القاهرة

### قرارات

الجمعية العامة العادية للمساهمين  
المنعقدة بدار بنك مصر بالقاهرة في  
يوم الجمعة الموافق ٣١ ديسمبر  
سنة ١٩٥١

تقرر بالإجماع  
أولاً - التصديق على حسابات  
الشركة وميزانيتها للسنة المالية  
المنتهية في ٣٠ سبتمبر سنة ١٩٥١  
وأخيراً طرف أعضاء مجلس الإدارة  
عن كل ما يتعلق بها

ثانياً - الموافقة على تحديد  
الأرباح كما جاء بتقرير مجلس  
الإدارة وتوزيع حصة للمساهمين  
قدرها ١٠٠ قرش (فقط مائة قرش  
لا غير) للسهم الواحد يخصم منها  
الضرائب المستحقة قانوناً ويصرف  
الصافي من بنك مصر وفروعه مقابل  
تقديم الكوبون رقم ٩ مرفقاً بالأسهم  
ابتداءً من يوم الأربعاء الموافق ٢٦  
ديسمبر سنة ١٩٥١

ثالثاً - تجديد عضوية حضرات  
أعضاء مجلس الإدارة الذين انتهت  
مدة عضويتهم وهم حضرات أصحاب  
السعادة والعزة عبد المقصود أحمد  
باشا والياس أندراوس باشا وصالح  
عنان باشا ومحمد محمود خليل  
بك .

رابعاً - اعتماد ضم حضرتي  
دكتور محمد زكى عبد المتعال بك  
ومحمد رشدي بك إلى عضوية  
مجلس الإدارة

خامساً - إعادة تعيين مكتب  
الخبراء المحاسبين «رسل وشركاه»  
لمراجعة حسابات الشركة لسنة  
١٩٥١/١٩٥٢ وتفويض مجلس  
الإدارة في تحديد أتعابهم وضمان  
مراقبي مظهر الجنسية إليهم .  
رئيس مجلس الإدارة

حافظ عفيفي





كان كل شيء في القرية جميلاً ، وكان كل شيء هادئاً كانت صورة رائعة للسلام ، ولحرية الانسان ، في ظل قانون طبيعي ساذج لكنه سائد ، ينشر بين القرويين الاطمئنان ، ويطبعهم بطابع من صفاء النفوس ، كصفاء سمائهم الساحرة في اشراقه يوم من أيام الربيع . كانوا جميعاً مسلمين ، يجتمعون كل مساء بعد صلاة العشاء حول الشيخ سيد ، الرجل المسن الاشيب الذي كانوا يقولون له يامولانا ، والذي كان يعمل لضلوة الفجر مؤذناً ، ولمدرسة القرية معلماً ، ولجماعة المصلين اماماً . . . يجتمعون حوله فيستمعون الى شيء من تفسير القرآن ، وشيء من حديث الرسول . لكن (عم طلبه ) كان أحبهم للهدوء ، يلتفون هم مزاحمين حول الشيخ سيد ، ويجلس هو في ركن من القاعة الضيقة ، ساكناً صامتاً يستمع ، لا يشارك برأي ولا يشترك في حديث فاذا ما أنهوا جلستهم . . . نهض عم طلبه فعاد الى داره وجلس الى زوجه بعض ساعة ثم وسد رأسه بقية الليل حتى يكون الاسحار .

ولعل أحاديثهم حول الشيخ سيد في أماسي تلك الايام من عام ١٩١٨ كانت قد بدأت تطرق موضوعات غير التفسير . فقد بدأت الانباء تصل القرية عن التلاميذ في القاهرة وعن الانجليز وعن سعد زغلول . ثم أخذت هذه الانباء تكاد تشغل من أحاديثهم كل وقتهم ، ( وعم طلبه ) قابع في ركنه المنزوي كعادته يستمع ولا يشترك في حديث . لم يكونوا يدركون تماماً أفانين السياسة الانجليزية في مصر ، لكنهم كانوا بجوهر طبيعتهم الاصيل يشعرون جيداً بما كان الانجليز يذيقونه لبلادهم من صنوف العذاب . وكان طبعياً أن يشعروا بهذا وقد كانوا يزرعون القمح فتستولى عليه السلطة الانجليزية ، ويرعون الماشية فتستولى عليها السلطة الانجليزية أيضاً ، ويصنعون الخبز ويننون الحياة بسواعدهم القوية وعرقهم المتصبب . . ثم يجدون الخير الذي صنعوه والحياة التي بنوها قد آلت كلها الى المستعمرين انهم لم يكونوا يجهلون شيئاً من هذا قط ، بل كانوا

يشعرون به في أعماقهم ويحسونه في ضمائرهم ، لكنهم كانوا يؤجلون حسابهم للانجليز عليه حتى يكون الحساب . وان أنباء العاصمة لتبلغهم ذات مساء بنفي سعد الى مالطة وبشورة المصريين الاحرار . وتتوالى الليالي وتتوالى الانباء ويمضي الشيخ سيد في وقاره البالغ - لكن في حماسة دافقة أيضاً - يحكي لهم ما حكى له من حكايات ، ويخبرهم بما جاءه من أخبار . انه ليروي قصص المظاهرات الكبرى التي اختلط فيها الموظفون بالتلاميذ بالعمال ، ويروي كيف كان رصاص الانجليز الآثم يردى حملة الاعلام فيجثون راكعين ساخدين لكن تظل مرفوعة من بعدهم الاعلام . انه ليروي ويروي ويروي كيف أن ( النسوة ) كما كان يسمى السيدات ، خرجن مع الرجال في العاصمة يتلقين بصدورهن رصاص الاعداء . وانه ليروي ويروي ويروي ، ثم يسألهم ذات ليلة ماذا هم فاعلون بالجند الانجليز المرابطين على قرب

من قريتهم الهادئة الساكنة ، فيقول قائل سنمنع عنهم الطعام ويقول آخر سنعطل دونهم القطار ويقول غيرهما سنفعل بهم كذا ويقول غيرهم سنفعل بالانجليز كيت . . . لكنهم يسمعون صوتاً قوياً يصدر عن الركن المنزوي في القاعة ويتلفتون اليه فيجدون ( عم طلبه ) الرجل الذي كان دائماً أكثرهم مسالمة وأحبهم الى الهدوء والدعة يزأر كالاسد الجريح مثني وثلاث ورباع سنشرب دمهم . . . قسماً لنشرب من جسومهم الدماء . وكان الصباح حين تنبه الجند المرابطون على قرب من القرية الى أن مواصلاتهم التليفونية قد باتت مقطوعة فجيشوا ( حملة تأديب ) كما أسموها ، تعلم القرويين الوطنيين كيف يكون النظام ولم تضر ساعة بعد صلاة الفجر ، حتى كانت القرية الامنة الطيبة الهادئة ميدان معركة مشتعلة ، يعمل فيها الانجليز رصاص رشاشاتهم وتلتهم مخازنها ودورها الحرائق في كل مكان . وفي بشر وفي فرحة وفي لهفة على يوم لقاء الانجليز ، كان رجال القرية يخرجون



## الأنافة الكاملة

ميسما

دار النقصيل الراية

ت ٦٢٢٠٤

رأية رفيعة

لقد قرأ

رقعة في المواقف

قسم خاص لمنازل الراية

ميسما ٤ شارع دسوف  
برطبة صليح الدين، مصر الجديدة

المنظف  
الوحيد  
الرائحة

مسحوق  
ومعجون للأحباء



لا غنى عن  
المنظف والرائحة

او كي

يباع في كل مكان

الوكلاء الموزعون  
والكبرى: فالو ونايس  
٥٣٩٠٠  
٩٢٣

أرجاء حتى الحسين ٠٠ ويشهد  
أهل الحي ريفية فارعة في  
ثوبها الاسود الطويل تنطلق  
صائحة في الطريق : لقد  
انتقم، لقد انتقم من الانجليز  
وتعودت تطلق وراها وأمامها  
ومن حولها الزغاريد !

ولعل شرطيا استوقفها  
فلم تقف ، ثم تبعها يسألها  
عما كان بها ليعلم منها أنها  
فرحة بابنها الشهيد ٠٠٠  
وبزوجها الشهيد ٠٠ أرداهما  
برصاص الانجليز !

لم يرو أحد لها كيف مات  
اسماعيل ، لكنها رآته في  
ضميرها وقد خرج في  
المظاهرة الكبرى مع  
المتظاهرين ، وسمعته في  
ضميرها وهو يهتف هتافهم  
ويصرخ صراخهم ويتقدم معهم  
فيفعل بالانجليز ما يفعلون ،  
ثم يهوى في دمه برصاصهم  
الآن لم يكن وهو يهتف لبلاده  
بالحياة مع الهاتفين .

لقد ماتا اذن ، راحا  
شهيدين ، وكان لديها سواء  
٠٠ انتقم أبوه له أو انتقم هو  
لابيه !

وفي السكون مع الليل ،  
كانت القرية النائمة الساكنة  
تصحو ، تتجاوبها من كل  
ناحية الزغاريد ، فقد عادت  
أم اسماعيل ، عادت توقظ  
النائمات لتبشرهم البشرى  
التي كانت تتلف عليها من  
قديم ٠٠٠ ويستمعن لها  
نساء القرية فيطلقن بدورهن  
الزغاريد !

ولعل القرية اذ ذاك لم  
تنم بقية الليل ، أو لعلها  
عادت فنامت ، لكنها على أية  
حال كانت كلها راضية  
بأن الرجل مات من أجل  
مصر ، وان ولده مات من  
أجل مصر ، وأن مصر ، لم  
تمت ٠٠٠ ولن تموت !  
يوسف فهمي

هادئا الى الحقول ٠٠٠ لكن  
خاطر النار من الانجليز كان  
لا يزال يمسأ بال ( أم  
اسماعيل ) زوج الشهيد .

وتطول غيبة اسماعيل عن  
القرية ( وتنقطع كتاباته الى  
ذويه ، وتزداد لهففة ( أم  
اسماعيل ) عليه ، فتحمل  
نفسها الى القاهرة تبحث عنه  
وهي لا تدري أين يكون !

لكنها تعرف كيف تسأل  
عن حي الحسين ، وكيف  
تكون عند الجامع الازهر ،  
كيف تنحرف يسرة الى ذلك  
المنعطف الضيق ، فتسأل عن  
محل ( الحاج بدوي البقال )  
الذي كانت تعنون باسمه  
رسائلهم الى ولدها اسماعيل  
انها لتبلغ محل الحاج  
بدوي وهو يسلم يمنا ويسرة  
في ختام صلاة العصر ، فاذا  
ما نهض الى مقعده الخشبي  
سألها عن حاجتها فسألته  
عن ولدها فراح في صمت  
عميق ٠٠٠ !

فاذا عادت تسأله منذ متى  
لم يره ، قال : منذ أيام  
الثورة الاولى . ثم تتعثر  
الكلمات بين شفثيه وهو  
يقول :

— انه ٠٠٠ انه ٠٠٠ ،  
فتسأله : انه ماذا ؟ لتسمعه  
يجيب : ألم يبلغك أبوه ؟ لقد  
كتبت اليه منذ شهور وجاءني  
منه رد على الخطاب . فتسأل  
في اضطراب : ماذا كتبت  
اليه ؟ ويجيب : كتبت أعزيه  
وتثب أم اسماعيل الى الرجل  
وتمسك بثوبه صارخة : كيف  
مات ؟ فيقول : برصاص  
الانجليز ! وعند هذا فقط  
تعلم ( أم اسماعيل ) ان  
زوجها أشفق من أن يبلغها  
مصرع وحيدها قبل أن يثار  
لدمه من السفاكين ٠٠٠ لكنه  
مات — الوالد أيضا —  
برصاصهم قبل أن ينقل اليها  
النبا العظيم .

وتنطلق زغرودة طويلة  
عالية تتجاوب أصداؤها في

بنادقهم وبعضيهم وبالحجارة  
أيضا ، فيقالبون بضعف  
سلاحهم وقوة عزيمتهم  
رصاص المستعمرين .

وفي ثورة عاتية ، كان  
رجل عرف دائما بالدعة ،  
يعدو كالقندر بين الصفوف ،  
لا يقفه شيء ، فيجر واحدا  
من جنود الاعداء ويغمد في  
صدره شيئا كسكين ، ثم  
ينحنى فوقه ويرشف من  
صدره الدماء . ولا ينهض  
حتى ترديه شهيدا بنادق  
الاعداء .

وتعود بقايا الحملة  
التأديبية الى معسكرها ،  
ويتلفت القرويون الى قريتهم  
فيجدونها شيئا غير الذي  
كان ٠٠ يجدونها حطام  
حرائق وأطلال مساكن ٠٠٠  
رضحايا من الشهداء وكثيرا  
من الالام ٠٠ لكنهم يجدونها  
أيضا وعيا جديدا ووثبة  
جديدة وأملا جديدا في يوم  
الحرية المرتقب .

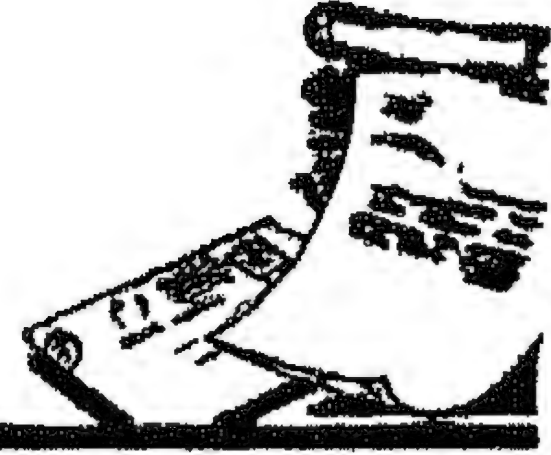
أما القرويات ، فكن يجلسن  
عند هذه حيناً وعند تلك  
حيناً ، لا يتشاكين ولا  
يتباكين لكن يتدارسن كما  
يتدارس الرجال ما ينبغي أن  
يكون عليه الكفاح . فاذا  
جلسن ذات مرة الى ( أم  
اسماعيل ) ( زوجة الشهيد )  
عم طلبة وجدنها كبيرة القلب  
سامية الروح ، معتزة  
متباهية بأن رجلها كان  
الرجل الذي شرب قبل أن  
يموت من دماء الاعداء .  
لكنهن أيضا يجدن عندها  
شيئا واحدا يؤرق أجفانها ،  
هو أن صغيرها ( اسماعيل )  
لم يكن في القرية ، فقد كان  
في القاهرة يدرس في معهد  
من معاهد العلم كالدارسين ،  
ولو انه كان في القرية لعرف  
كيف يثار لدم أبيه من  
الانجليز !

وتكاد القرية بعد شهور  
تعود سيرتها الاولى فيخضر  
النبت وترسل الساقية  
أحانها العبقرية ويجري الماء





# بريد النيل



بنك النيل

بملا نائية اجتماعية أدبية  
تصدر أول كل شهر  
صاحبها ورئيسة تحريرها

الدكتور زكريا شفيق

يشرف على تحريرها

الدكتور ابراهيم عبد

الاداء : ٨٠ شارع النيل، القاهرة

تلفون : ١٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤

## بريد الأطباء

الانسة سميرة عبد العزيز :  
أحضري للدخول بمستشفى  
الملك بالقاهرة ومعك هذا العدد من  
بنت النيل وقدميه للدكتور حسنى  
السيد حجازى فى يوم من أيام  
الاحاد فان حضرته سيجرى لك  
العملية  
عز الدين - العريش :  
قلنا عن الانسيوم انه ضار  
بالصحة ان ترك الطعام فيه بعد  
طهيه مدة طويلة  
ف.أ.م. عابدين :  
ينصح الدكتور يوسف كمال  
المجيزى باتباع النظام الاتى :

كل العناصر الغذائية مثل اللحوم  
أو البيض والجبن والبقول والخبز  
والمكرونة والارز والزبدة والزيت  
والخضراوات الطازجة والفواكه  
ويمكنك اعطاء الطفل عصير  
برتقال (مرتين يوميا)  
قارئة حائرة م.أ. :

اعرضي نفسك على اخصائى  
معروف فى الانف والاذن والحنجرة  
قارئة وصديقة قديمة حائرة وحزينة  
بالسيدي :

الدكتور على مرتضى على  
استعداد لاجراء العملية  
القارئة عزيزة عزيز القاهرة :

يقول الدكتور حسنى السيد  
حجازى ان تشخيصك للمرض  
صحيح . فهو ارتكازا ناتجة عن  
حقنة البنيسلين التى اخذتها وهذا  
حدث نادر جدا ولكن يصح وقوعه  
الرجاء استشارة طبيبك الخاص  
فى استعمال بنادريل او انتى  
هستامين

احلام - اللاذقية سوريا :  
كل ما عندك ناتج عن حب الشباب  
الذى اصبت به منذ خمس أو  
ست سنوات . علاجك جراحة  
التجميل

قارئة مواظبة س.ج. بشبرا :  
اتصلى راسا بالدكتور حسنى  
السيد حجازى ومعك هذا العدد  
من بنت النيل فانه يعامل قارئنا  
معاملة خاصة

## بريد الجلمان

طالبة جامعية بالاسكندرية :  
اطلبى من أى محل يبيع  
مستحضرات لوسيون استرانجان  
(مع تعطيش الجيم) ، أو قولى  
للمائة ان بشرتك دسمة وانك فى  
حاجة الى اللوسيون الخاص بها .  
القلقة م.د. لبنان :

يجب أولا أن تهتمى بصحتك .  
اتبعى الارشادات التى كتبناها الى  
ف.أ.م. عابدين ، فى بريد الاطباء  
اما البايونج فهو لا يضر الشعر

البائسة ك.ش. بمصر الجديدة :  
يجب الا يزيد وزنك على  
الخمسين كيلوجراما بأى حال من  
الاحوال . ومحيط الارداف ٨٠ سم  
والخصر ٦٠ سم والصدر ٨٠ سم .  
انك تقولين انه ليس فى استطاعتك  
القيام بأى تمرينات رياضية  
لانشفالك فى شئون المنزل . نحن  
لا نطلب منك اكثر من ربع ساعة  
أو عشر دقائق يوميا تخصصينها  
للمتمرينات الرياضية . اما عن  
العلاج بالكهرباء وبالبخار فاننا لا  
ننصح به قبل استشارة الطبيب

١ - زيادة عدد وجبات الطعام من  
ثلاثة الى خمسة وجبات : أ) وجبة  
فى الصباح المبكر بعد القيام  
بمجهود عضلى بسيط كالمشى  
لمدة ربع ساعة أو أداء بعض  
التمرينات الرياضية الخفيفة  
(لفطور) ب) وجبة خفيفة اخرى  
فى الساعة العاشرة صباحا . ج)  
وجبة ثالثة كاملة فى الساعة  
الثانية من بعد الظهر (غداء) .  
د) وجبة خفيفة فى الساعة  
السادسة مساء هـ) وجبة اخيرة  
فى الساعة التاسعة مساء (عشاء)  
٢ - الاكثار من تناول المواد  
النشوية مثل الخبز والبطاطس  
والارز والمكرونة ، كذلك  
الخضراوات الطازجة والفواكه  
ويستحسن أن تكثر السيدة من  
تناول اللحوم السمينة (ضانى)  
وكذلك الكبد على أن تكون  
الاخيرة (نصف سواه)

٣ - عدم التفكير فى المسائل غير  
السارة اثناء تناول الطعام مع  
محاولة الاستماع الى الموسيقى  
اثناء ذلك أو تبادل الاحاديث  
السارة وكذلك يجب أن تكون  
طريقة عرض الطعام على المائدة  
منظمة وفاتحة للشهية  
(ويستحسن وضع الازهار على  
المائدة) وتناول الطعام بعد أخذ  
فنجان من الشوربة الساخنة فى  
الغداء

٤ - الاهتمام بمزاولة الرياضة  
المناسبة التى لا تسبب اجهادا  
كالجرى والتنفس والباسكت  
بول (كرة السلة)

٥ - أخذ حبتين من أقراص  
فيزينرال Visyneral بعد  
الاكل مرتين يوميا وحققن  
هيبافروفيت فى الفضل يوميا  
أما بخصوص الارق يستحسن  
شرب كوب من اللبن الدافى قبل  
النوم

سيدي قلقة فى الاسكندرية ع.ب. :  
ينصح الدكتور يوسف كمال  
العجيزى بالألا تقلق كثيرا بخصوص  
بكاء طفلها بعد الرضاعة فان هذا  
دليل على عدم كفاية كمية اللبن  
الذى يتناوله أى عدم شبعه .  
ويجب عليها أن تهتم بتنظيم مواعيد  
الرضاعة وتكون كل ثلاث ساعات  
بدلا من أربع ساعات ولدة ربع  
ساعة وبين كل رضعة وأخرى  
يستحسن اعطاء الطفل ماء محلى  
بالسكر بالبازة . واذا كان افراز  
لبنك يا سيدتى غير طبيعى فيمكنك  
الحصول على مستخرج زيت الحلبة  
مجانا من قسم الكيمياء الحيوية  
بكلية طب جامعة فاروق حيث  
يعطوك البيانات اللازمة لاستعماله  
وعليك أن تهتمى بغذائى اهتماما  
كبيرا وتحرضى على أن يكون حاويا



مارى كوفى تقدم  
أروع إنتاج سينمائى  
للعام الجديد

## أسرار الناس

افشاح  
من الامام

بطولية

فاتن حمامة \* هدى سلطان \* محمد عبد الوهاب  
فريد شوقي . شكرى سرمان . محمد  
سمير توفيق . شريفه ماهر . فاضل فاضل  
ويقيم بدور الزوجة زينة نيل

حاليا فى وقت واحد  
بسينما متروبول وسينما رويل بالقاهرة



## أهدى المودات العالمية



أفخر  
أنس بيا  
اليدان

ينتجها  
الخياط

تأليف  
الدور الأول  
أمام سينما الكرنك  
تأليف عبد العزيز

لطفني ندا

آنسة أ. س. ف. هيا :  
ان تعريض البشرة لبخار الماء لا  
يزيل هذه الحسنتات السوداء التي  
تحدثنا عنها وانت بدون شك  
تخلطن بينها وبين النقط السوداء  
التي يمكن ازالتها . اما الحسنتات  
فتزال عند اخصائي في جراحة  
التجميل

بشرى محمد ابو العينين :  
اعرضى فراءك على المحال الخاصة  
بحياكة الفراء لانه ليس في استطاعتك  
تفصيل او حياكة مثل هذه الاشياء  
ويمكنك اخذ رأى محل سيستور  
فاريس وباسكاليس وكندا فورز  
وكلها في شارع قصر النيل .

ف. ا. بلقاس :  
من الجائر جدا ان تكون الحالتان  
مرتبطتين ببعضهما والا فضل عرض  
نفسك على طبيب امراض النساء .

ل. حلب - سوريا :  
(١) لابد من عرض نفسك على  
اخصائي في الامراض الباطنية فقد  
تكونين مصابة بضعف عام اثر على  
صدرك (٢) ليس هناك افضل من  
الطريقة التي تعرفينها لازالة الشعر

## قارئة معذبة :

اقطعى علاقتك بهذا الرجل فورا  
وعبشى لزوجك وطفلتك واذا الح  
زوجك في ان نذهبي اليه قولى له  
انك سمعت بسوء اخلاقه . . لا  
نلقى نفسك بالنار ولا تحطمي  
مستقبلك بيدك فهؤلاء لا فائدة  
منهم اطلاقا (الا خراب البيوت)

البائسة س. م. بسرأى القبة :  
انصلى بالانسة روحية القليبي  
بالمجلة وخذى منها موعدا بالتليفون  
بين السادسة والسابعة تليفون  
رقم ٤٠٦٨٤ - ٤٩٦٦٨

م. عبد العزيز :  
مادمت بلمس اخلاصها ووفاءها  
فلا بد ان تتزوجها والمسألة ستحل  
مع اهلك واهلها بمضى الوقت

سعاد . . . :  
والله مسكينات بنات الريف  
كان يجب ان يهيا لهن تسليّة كناد  
نسائي أدبي او ما شابهه . ولكن  
ما العمل . عليك بقطع الوقت  
بالقراءة الكثيرة وعمل التريكو .  
القراءة لا في المجلات فحسب ولكن  
في الكتب المفيدة وستعرفين النتيجة  
السارة فيما بعد ستنسك الملل  
في الوقت الذي تكتسبين من القراءة  
مكسبا عظيما

حائزة جدا بالزقازيق :  
ان فارق السن بينكما كبير ولكن  
اذا شعرت بميل نحوه فلا تترددى  
ما دام والدك يرى انه يصلح لك  
فالشكل ليس كل شيء في حياة  
الرجل وأهم منه الخلق والمركز

محاسن ابراهيم خليل :  
يمكنك متابعة دروسك من المنزل  
او الالتحاق باحدى المدارس  
الثانوية الحرة للبنات  
مشتركة بالمحلة الكبرى .

المدارس الحكومية لا تقبل الا  
المؤهلات الرسمية قدمى طلبا الى  
المدرسة الاجنبية التي درست فيها  
فلعلها تكون في حاجة الى مدرسه  
في قسم روضة الاطفال . أما خطك  
فقد تحسن كثيرا ونحن نهنئك على  
هذا التقدم .

الحائزة م. ف. الجيزة :  
حسنا فعلت حين قلت كل شيء  
لا تياسى فان المياه لن تلبسث ان  
تعود الى مجاريها ولسوف يعرف  
المخطئ خطاه

القارئة س. س. س. بالزمالك :  
يمكنك الحصول على كتاب في  
البروتوكول من دار الكتب المصرية  
قسم المراجع الافرنجية

الحزينة المتأللة جدا ز. ا. :  
لم نفهم كلمة واحدة من خطابك  
اكتبى لنا من فضلك بخط واضح  
م. ف. :

نشعر من خطابك ان هذه الفتاة  
لن تساعدك اتركها وفكر جيدا قبل  
ان نقبل على عمل جدى بعد اليوم  
وقديما قال المثل «في الثأني السلامة  
وفي العجلة الندامة»

## نبيلي فائزة ا. ح. :

(١) طولك مناسب لوزنك (٢)  
الرياضة التي تكسب الجسم طولا  
هي السباحة في الصيف والعباب  
العفلة والمتوازيين . وتستمر الفتاة  
في الطول الى سن الاحدى والعشرين  
واحيانا الى سن الخامسة  
والعشرين

فاطمة م. الجيزة :  
يمكن علاج هذه البقع السوداء  
بالكهرباء عند أحد الاخصائيين

ع. ع. الروضة :  
اعرضى نفسك على الدكتور  
حسنى السيد حجازى اخصائي  
جراحة التجميل ومعك هذا العدد  
من المجلة . فان حضرته يعامل  
تأثرات بنت النيل معاملة خاصة

## مشاكل القارئات

### التأسسة الحائرة قارئة بنت النيل :

الزواج مسألة يلعب القدر فيها  
دورا هاما . فلا الجميلات هن  
المحظوظات ولا الفتيات ينفردن في  
كسب المعركة . . كل ما اوصيك  
به ان تشغلى وقتك أما بالقراءة  
أو الرحلات أو الاشتراك في هيئة  
اجتماعية ، وأؤكد لك ان الحظ  
سيواتيك متى شغلت نفسك بمثل  
هذه الامور . اطمئنى فالحظ لابد  
ان يسعدك فما زلت صغيرة السن  
وشكلك يبشر بالمستقبل الباسم .  
كل وصيتى لك القراءة فتضربين  
عصفورين بحجر

آنسة عفاف بيورسعيد :  
في امكانك ان تتصلى بمحل جونو  
عن طريق البريد مع ارسال  
المصاريف طبعاً

عبد الكريم أحمد عطية :  
نحى فيك صدق ووطنيتك وكنا  
نود نشر نشيدك لولا ضيق المقام

الصديقة البائسة ه. بالاسكندرية:  
ارسلنى شكواك الى وزارة الشؤون  
الاجتماعية أو وزارة الدفاع فاذا  
لم تصلنى الى نتيجة فاننا سنكتب  
لك في موضوعك

مارى جرجى بالنيا :  
نشكرك على جميل شعورك

المعذبة ف. ع. ج. :  
ما دام السورى لا عيب فيه  
فاقبلى الزواج منه لتنفدى نفسك  
وامك اهم شيء في الزواج خلقه  
فاذا تأكدت من قوة اخلاقه فلا  
تترددى وادعوك بالتوفيق

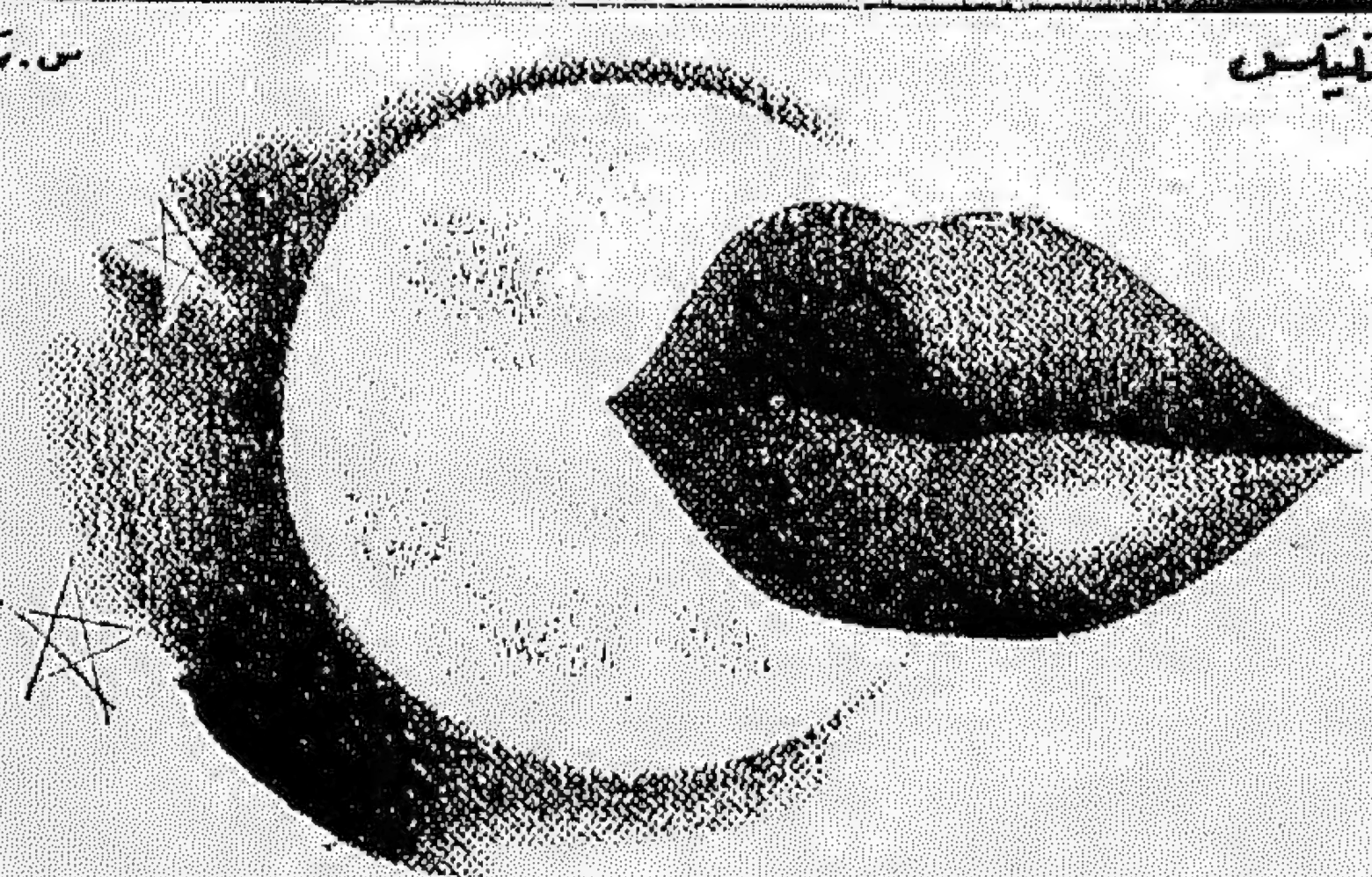
سعيد ابراهيم كلية التجارة جامعة  
فاروق :

اظنك معنا في انه ليس الوقت  
وقت اعلان النتيجة مسابقة  
جمال . والصورة التي ارسلتها  
ما زالت عندنا في حرز ونحن على  
استعداد لردّها اليك ان شئت

حائزة س. ح. الاسكندرية :

حاولى ان تعرضى المسألة على  
أحد اقاربك فربما يجد لك حلا .  
واسبرى فربما يشهد ضيقك  
فيعطف عليك ويشعر هو بنفسه

ارسلت



بخسف

جميع احمر  
الشفاه

بنوعه والوانه الجذابة  
احمر الشفاه فيزاندى  
يحفظ دائما برائحة الطبيعة

فيزاندى

صنوع بابريد

احمر الشفاه المختار

الوكلاء المميزون اليك  
الاسكندرية  
القاهرة  
بورسعيد



# بيير انجيلي نصيح الفتيات

الحقيقية • هذه حماقة لاشك فيها وخير للفتاة أن تعيش كل يوم من عمرها بدلا من أن تفقد السنوات تضيقها على نفسها بالتقليد والتكلف (هذا هو رأي بيير انجيلي الكوكب الايطالية الحسنة التي قدمتها لنا مترو جولدوين ماير منذ فترة وجيزة في فيلم ( تريزا ) نعرضه على فتياتنا ونحن نعتقد ان بيير على حق في كل ما ذهبنا اليه فان الخطأ الذي يقع فيه أغلب الناس أنهم لا يعيشون حياتهم كما يجب

( ميم )



بيير انجيلي

وتستطرد بيير قائلة : ( ولا زلت أذكر ما اعتراني من شعور عندما سمعت لأول مرة من يقول لي ( البسي ما يناسب سنك ) فقد فكرت في الحال في كل ملابس الطفولة المضحكة التي لا جمال فيها ولكني لم ألبس ان تبينت اني كنت على خطأ وانه في وسع كل فتاة في أي سن أن تجد من الملابس ما يناسبها وما يبرز جمالها وحسنها وما يلائم شخصيتها فانه من أهم الامور ان تفكر الفتاة في شخصيتها عند انتقاء ملابسها )

وتعني بيير بأن تترك شعرها مرصلا على طبيعته وتقول في ذلك ( يجب ان تعرف كل فتاة ان الشعر اذا صفف بطريقة لا تلائم طبيعة الوجه ، فانه سيكون عاملا كبيرا في افساد المظهر والتقليد هنا أكثر ضررا من التقليد في الملبس لانه يتصل اتصالا مباشرا بجمال الوجه وتختتم بيير حديثها بقولها لست أدري لماذا تحاول الفتاة ان تبدو أكبر من سنها

يندر أن تجد سيدة في حاضرها ، فالحاضر ليس له وجود عند السيدات لا يعترفن به والدليل على ذلك ان الفتيات يتعمدن دائما الظهور في سن أكبر من سنهن الحقيقية وعندما يكبرن يحاولن العودة الى السن الذي خلفه ومعنى ذلك أنهن يتخطين - في الحالين - الحاضر . وهذه حقيقة لا تستطيع أية فتاة أن تنكرها ان كل فتاة صغيرة تحاول أن تكبر بسرعة فائقة ، فتروح تقلد في ملابسها وفي كل ما يتصل بحياتها من هن أكبر منها ، فتفقد بهذا التقليد الذي ليس له أي مبرر أجمل فترة في حياتها

وقد مونت بيير انجيلي كوكب مترو جولدوين ماير بهذه التجربة ووقعت في نفس الخطأ الذي تقع فيه أغلب الفتيات الصغيرات فقد كانت بيير متأثرة تأثرا ضخما بكواكب هوليوود الفاتنات وكانت تحاول تقليدهن في كل شيء حتى تبدو أكبر من سنهن ، فكانت تختار الملابس التي لا تناسبها وتصفف شعرها بطريقة لا تتفق مع مظهرها أو مع سنهن الغضة ، وتسرف في استعمال أدوات التجميل . وتقول بيير في ذلك (وعندما انتقلت الى هوليوود تعلمت ان أفضل شيء للفتاة أن تختار من الملابس ما يناسب سنهن وان تنهج في حياتهن النهج الطبيعي البعيد عن التكلف وانه يمكن أن يكون لكل سن سحره وجماله ، وقد اكتشفت أيضا أن هناك فرقا عظيما بين الفتاة التي يقل سنهن عن عشرين عاما والفتاة التي تتخطى العشرين من عمرها )

# أوقف البرد قبل ان يبدأ!



يمكنك ان تتخلص من آلام البرد باستعمال فيكس فا-ترو-نول وذلك بمجرد أن تشعر ببوادره الأولى .

ومرعات ما يزول ضيق النفس لان أثر فا-ترو-نول السلاجي الخاص يطفئ الاحتقان ، يخفف الأغشية المورمة ، « يسلك » فتحة الأنف ويمنح الطبيعة على طرد البرد المبتدىء سريعا .

واذا هدمت وأصابك برد الرأس وزكام الأنف فستدرك تماما قيمة فا-ترو-نول في تهدئة مسالك الأنف ، تطهير الاستنساخ المتهبة ، تحليل المخاط وإعادة التنفس الى سهولته الطبيعية عليك بتجربته !



نقط الأنف  
فيكس فا-ترو-نول  
VICKS VA-TRO-NOL

N308 ٧٨٦١ مصر



يحيى زيت كبد الحوت السهل الهضم الذي يوجد في مستحلب سكوت كميات متوافرة من الفيتامينات الطبيعية واذنية زائدة تدعم الدم وتقوى البنية . انه اذن الغذاء المقوي الأمثل الذي يكفل لعائلتك صحة تامة وقابلية عظيمة للعمل واللهو . احفظ لعائلتك صحتهم الثمينة باعطائهم الان مستحلب سكوت





## من افلام مترو القادمة



### الحب أقوى من الحياة

راى ميلاند ونانسي دافيز اللذان يتألقان فى تحفة مترو جولدوين ماير الغرامية ( الحب أقوى من الحياة ) التى يشترك فى بطولتها مجموعة ممتازة من أبطال الشاشة النابهين أمثال جون هودياك ولويس ستون وجين هاجن .



### مشين للغاية

وهذه كوميدى غرامية رائعة لمترو جولدوين ماير يضطلع ببطولتها ازيو بنزا مع جانيت لى ومجموعة من أبطال الكوميديا وهى من بين الافلام التى سنراها قريبا فى القاهرة .

آقا هاردر  
كوكب فيلم ٢٤٢  
مفكرة الاستعراضات  
باللون الطبيعي  
بسيما مترو

# لنخبرنا

هدية الفئنة الوحيدة  
التي ماكانت تختار  
سواها لنفسها

## هبة السحر والجمال لماكانت فالتور هولود

وهى فى الواقع الهدايا النسائية من  
هولود التى نجعلها تفرح لك بأنك رائع  
فهي قد عملت لنفسى ونحسينى ودعفت  
بأناقتى فى علبتي جميلة .

"سحر هولود فى الماكياج"  
تناسق فى ألوان البودرة ، وأصم  
الخدود والشفاة  
صنعت لكى تبرز جمال لونها

"سحر الماكياج"  
أطعم فاهة تبرز تناسق ألوان البودرة  
وأصم الخدود والشفاة واليابان كيك  
و لكن فريشني وريسيوناتي  
عطريتي .

وغير ذلك مجموعة كبيرة من الاطعم البديعة

## ماكس فالتور هولود

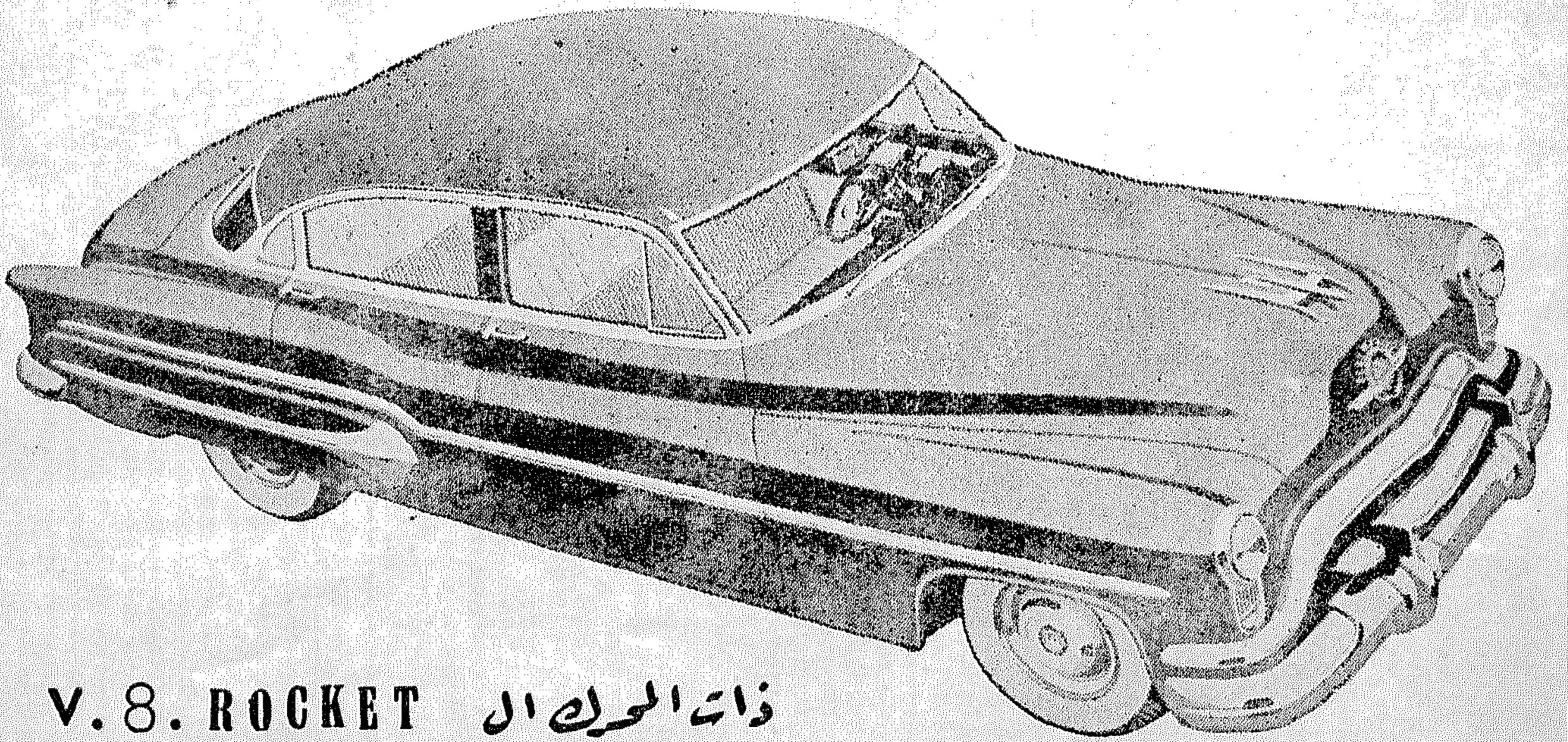
Max Factor  
HOLLYWOOD

تباع فى جميع المحلات  
الكبرى ومراكز الادوية والصيدليات

الموزعون : فيستا وشركاه بالقاهرة والاسكندرية



# أوليز سوبيل



ذات المحرك ال V.8. ROCKET  
قوة ١٤٥ حصانا

سيارة الموسم وكل موسم

تعرض حاليًا

والشليم فنورًا

مع تشهيلات وف الدفع

مطلة خدمة فنية كاملة يديرها مهندسون اكفاء

بمركز صراخيد

تليفون ٦٢٢٣٨

مجيد الطيبي

توكيل

أوليز سوبيل

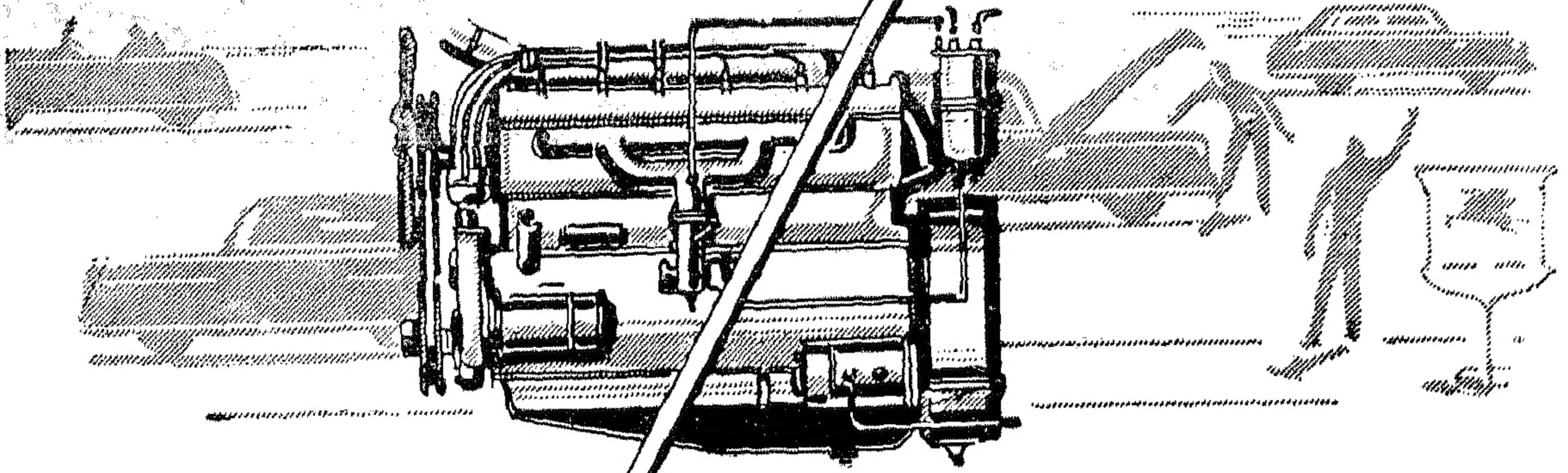


# وقتاية المحرك

المحرك جزء حيوى من سيارتك ولذا  
فهو يتطلب منك عناية خاصة  
باختيار زيت جيد من نوع  
وصنف مناسبين للحصول على

## تزييت صحيح

من شأنه أن يحافظ على نظافة  
المحرك ويضمن أداء أفضل كما يقلل  
أخطار العطل في الطريق



راجع مستوى الزيت في خزانة الكرنك في  
فترات متقاربة وانزع الزيت منها واغسل  
ملشها بزيت جديد كما دعت الحاجة. لا تخاطر  
بمحرك سيارتك. استعمل أجود الزيوت فقط.

## موبيلويل

الزيت الذى يحتفظ بجسيمات الكربون  
معلقة فيه وينظف ويزيّن في آن واحد

شركة سوكونى - فاسكوم اويل الساهرة





# أجهزة جنرال إلكتريك

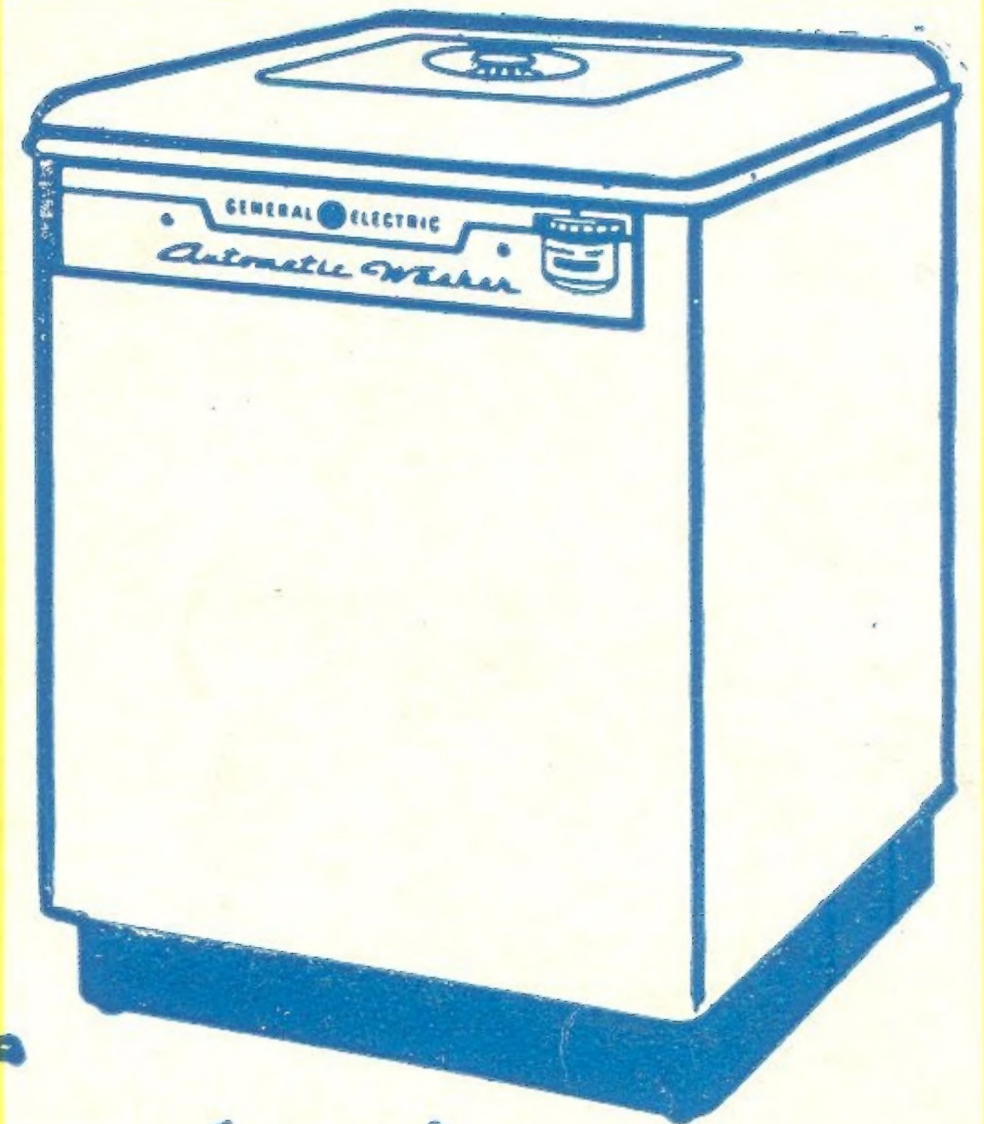
تتحكم حياة منزلية سريعة



اقتصادية  
عملية  
مريحة  
يعتمد عليها

فريزر

موضع ثقتك

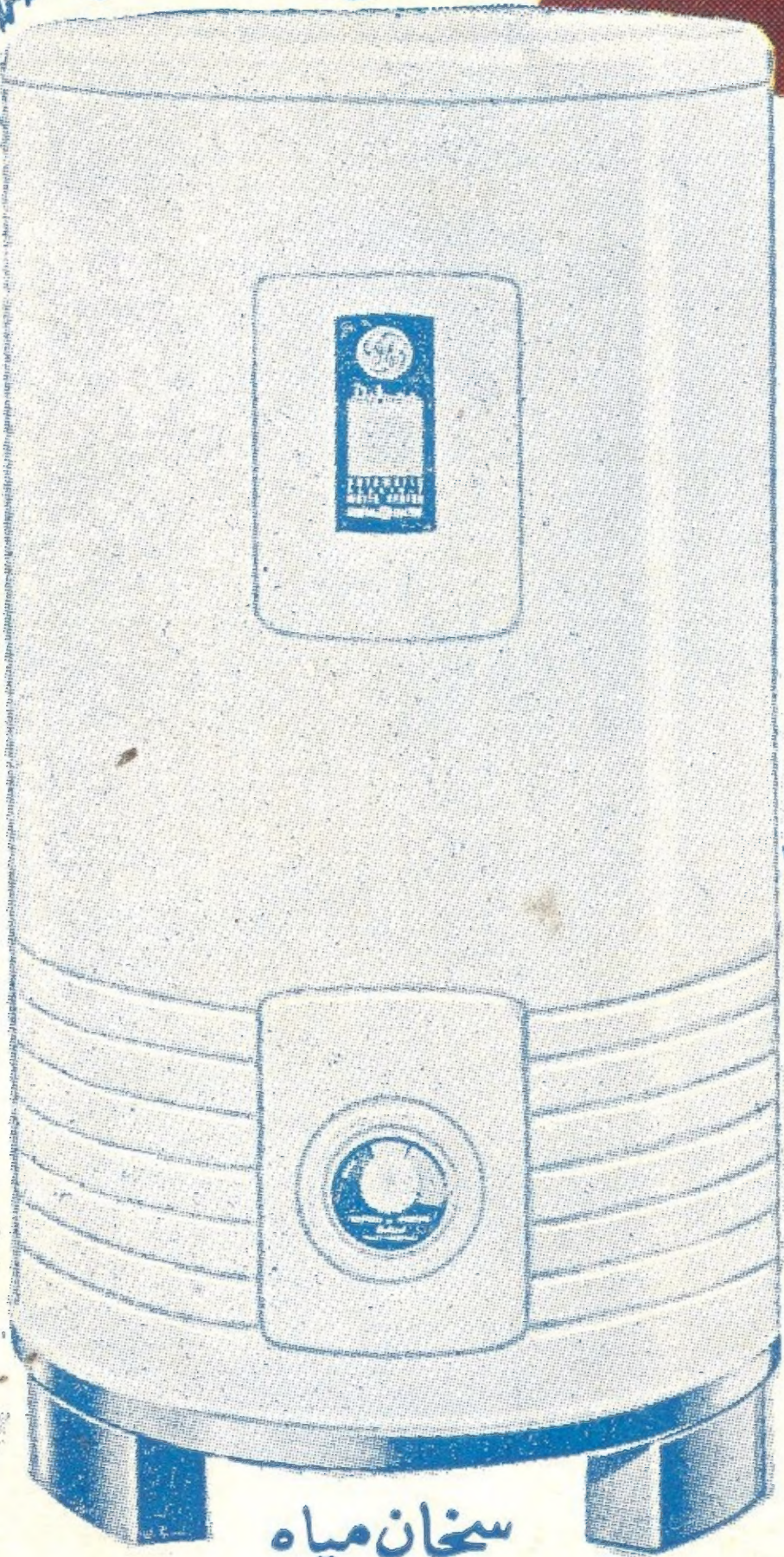


غسالة ملابس أوتوماتيكية

جنرال إلكتريك



بأمريكا



سخان مياه



غسالة ملابس



ثلاجة منزلية

الموزعون المعتمدون للطرا مصرى :

شركة إيسترن للإلكترونيات

SPMO

٣٣ شارع عبد الخالق ثروت باشا - ٧٨٠٦٠٤ بالقاهرة

وتباع لدى : شركة شاهر شارع فؤاد الاول بالقاهرة • شركة الدجوى ٥ شارع محمد صدقي باشا باب اللوق القاهرة،  
٩٨ شارع العباسية ، ١٩ شارع سيزوستريس بالاسكندرية وفروعها بطنطا والمنصورة والزقازيق ومنوف والمحلة  
الكبرى ودسوق وشبين الكوم • صالح نسيم شارع فؤاد الاول بالقاهرة • شركة ستيلكس شارع شريف باشا  
بالقاهرة • الشركة الشرقية التجارية ٣١ ممر الكونتنتال بالقاهرة • شركة مصر الجديدة شارع عباس مصر الجديدة •  
نعيم وشركاه ميدان المنشية الاسكندرية • اخوان كافورس بورسعيد • المغربى على بالاسماعيليه •  
اخوان نجيب فهم شارع الامير عبد المنعم بالسويس •